



Università degli Studi di Genova
Genoa Univer



Scuola di
Scienze social
School of Social Scien

DISFOR Dipartimento di Scienze della Formazione

CORSO DI LAUREA IN PSICOLOGIA CLINICA E DI COMUNITÀ

L'IMPATTO DELLA CULTURA DI ORIGINE
SUI PROCESSI DI REGOLAZIONE EMOTIVA: UN'ANALISI
DELLE DIFFERENZE DURANTE L'ADOLESCENZA

Relatore: Cecilia Serena Pace

Correlatore: Stefania Muzi

Candidato: Aurora Diarena

ANNO ACCADEMICO 2023-2024

Indice	
Introduzione	6
Capitolo 1: L'evoluzione dei processi di regolazione emotiva in adolescenza.....	8
1.1 Le emozioni.....	8
1.1.1 La complessità nella descrizione delle emozioni	8
1.1.2 Le caratteristiche principali	11
1.1.3 Le teorie più diffuse	13
1.2 La regolazione emotiva	20
1.2.1 Comprensione e definizione della regolazione emotiva.....	21
1.2.2 Teorie principali e strategie di regolazione	23
1.2.3 Influenze familiari e sociali nella modulazione dei processi di regolazione emotiva	28
1.3 La disregolazione emotiva	33
1.3.1 Definizione generale e tratti distintivi	33
1.3.2 I fattori coinvolti nell'utilizzo di strategie di regolazione disfunzionali	35
1.3.3. L'impatto della disregolazione emotiva sul benessere psicologico	38
Capitolo 2: Lo sviluppo emotivo dell'adolescente in relazione alla cultura di provenienza	41
2.1 Cultura, emozioni e sintomatologia	41
2.1.1 L'influenza della cultura d'origine sullo sviluppo emotivo dell'individuo ...	41
2.1.2 Differenze culturali nei comportamenti di socializzazione emotiva	47
2.1.3 Stile genitoriale e adattamento del figlio nei diversi contesti culturali	51

2.2. Il contesto italiano	53
2.2.1 Il modello culturale di riferimento	54
2.2.2 Legame genitoriale e sintomatologia	56
2.2.3 Credenze e regolazione delle emozioni	58
2.3 Cultura di provenienza e cultura d'appartenenza	59
2.3.1 Il processo di acculturazione	60
2.3.2 L'influenza della cultura ospitante nelle pratiche parentali	61
2.3.3 La tutela dei propri valori culturali.....	61
2.4 Il contesto culturale di appartenenza italiano e la cultura di provenienza straniera	63
Capitolo 3: La ricerca.....	65
3.1 Obiettivo della ricerca	65
3.2 Metodologia	66
3.2.1 Caratteristiche e reperimento del campione	66
3.2.2 Gli strumenti.....	67
3.2.3 Analisi statistica	73
3.3 Risultati	73
3.3.1 Caratteristiche del campione	73
3.3.2 Test delle ipotesi.....	76
3.3.2.1 Analisi delle correlazioni.....	76
3.3.2.2 Analisi della moderazione	82
3.4 Discussione	83

Bibliografia 94

Introduzione

La presente ricerca si focalizza sull'analisi delle differenze culturali nei processi di regolazione emotiva durante l'adolescenza, ponendo particolare attenzione all'esplorazione della qualità del legame tra genitori e figlio, alle credenze sulle emozioni, al livello di disregolazione emotiva e allo sviluppo sintomatologico del giovane.

Gli studi precedenti hanno messo in risalto l'importanza della relazione tra genitori e figlio e il suo impatto sull'adattamento generale del bambino, evidenziando in particolare il ruolo educativo dei genitori nella regolazione delle emozioni del figlio. Sebbene in adolescenza si assista ad un'intensificazione dei rapporti con i pari, una buona qualità del legame con i genitori continua a svolgere una funzione positiva nei processi di regolazione emotiva e nello sviluppo sintomatologico del giovane. La cultura, inoltre, con i suoi valori e modelli, riveste un'importanza cruciale poiché gioca un ruolo nel determinare la qualità delle relazioni e nel mediare il conseguente sviluppo emotivo e sintomatologico dell'adolescente.

Le ricerche precedenti si sono concentrate principalmente sull'analisi del fenomeno oggetto dello studio in contesti americani, asiatici e, in misura minore, in Italia meridionale; perciò, questa ricerca propone di indagare le differenze esistenti tra le varie culture nello sviluppo emotivo e sintomatologico dell'adolescente all'interno di un contesto dell'Italia settentrionale, coinvolgendo 103 adolescenti residenti in Italia ma provenienti da diverse origini culturali. I soggetti hanno prestato la loro partecipazione allo studio attraverso la compilazione di un questionario autovalutativo indagante le loro credenze sulle emozioni, il livello di disregolazione emotiva, la sintomatologia e la qualità del legame con i genitori. I risultati emersi presentano differenze culturali nell'influenza del rapporto tra genitori e figlio sulle capacità di regolazione emotiva, sulle credenze sulle emozioni e sullo sviluppo sintomatologico dell'adolescente. Inoltre, un ulteriore risultato

mostra come i sintomi internalizzanti possano rivelarsi indicatori significativi di difficoltà nella regolazione emotiva negli adolescenti, indipendentemente dalla cultura di provenienza.

In base ai risultati ottenuti, confrontati con la letteratura esistente, e ai limiti dello studio, sono state elaborate delle considerazioni e dei suggerimenti per la ricerca futura, con l'obiettivo di approfondire lo studio del fenomeno per incrementare la conoscenza e gli interventi in ambito clinico.

Capitolo 1: L'evoluzione dei processi di regolazione emotiva in adolescenza

1.1 Le emozioni

Le emozioni rappresentano una componente essenziale e pervasiva dell'esperienza umana. Contraddistinte per il loro carattere adattivo, esse modellano i nostri pensieri, i comportamenti e il modo in cui ci relazioniamo con l'ambiente circostante. Le emozioni sono degli "stati psicologici complessi" che si manifestano in molteplici forme e coinvolgono vissuti, sentimenti, reazioni fisiologiche, oltre che ad espressioni comportamentali e processi cognitivi. Nell'ambito di ricerca in psicologia, il tema delle emozioni viene esplorato con l'intento di approfondire gli aspetti legati alla loro definizione, ai loro meccanismi sottostanti e all'impatto che esercitano sulla salute mentale (Norbotayevna, 2024).

1.1.1 La complessità nella descrizione delle emozioni

La definizione del concetto di emozione è stata molto discussa nella storia della psicologia. A partire dal 1875, alcuni dei principali studiosi in Europa e negli Stati Uniti hanno iniziato a parlare di psicologia, facendola emergere come una disciplina indipendente. Figure di grande importanza come Wilhelm Wundt, William James e Sigmund Freud hanno sviluppato le loro teorie e condiviso le loro riflessioni sul significato delle emozioni. Wilhelm Wundt, figura di spicco nel panorama europeo della psicologia, ha svolto diversi studi sul tema delle emozioni. Nel 1896, nella prima edizione del suo più importante lavoro *Grundriss der Psychologie* (lineamenti di psicologia), l'autore propose la sua teoria tridimensionale delle emozioni. Wundt, sosteneva che il sentimento, ovvero l'emozione, fosse caratterizzato da diverse dimensioni, tra cui il piacere e il dispiacere, la tensione e il rilassamento, l'eccitazione e la depressione. Secondo la sua prospettiva quindi, tutte le emozioni erano una combinazione di questi elementi. William James, noto psicologo statunitense, ha studiato il concetto di emozioni

spostando l'attenzione sulle risposte del corpo. Con il suo pensiero, presentato nel capitolo venticinque del secondo volume del suo testo *The Principles of Psychology* (1890), l'autore ha supportato l'idea secondo cui l'esperienza corporea fosse fondamentale nella risposta emotiva. Secondo James, non fuggiamo da un orso a causa della paura; piuttosto, proviamo paura proprio perché stiamo scappando (Whissell, 2023). La teoria delle emozioni proposta da William James è stata successivamente integrata con gli studi svolti da Carl Lange, portando allo sviluppo della teoria di James-Lange (1884). Sigmund Freud, fondatore della psicoanalisi, affrontò il tema delle emozioni in modo meno definito e preciso rispetto agli autori sopracitati. Lo studioso, nella sua serie di scritti intitolati "*Metapsicologia*" (1915) trattò infatti l'argomento, alternando l'idea dell'importanza della consapevolezza dei propri stati emotivi a quella dell'esistenza di un livello inconscio delle emozioni.

Nel corso del tempo, diversi autori hanno cercato di far fronte al problema riguardante la mancanza di una descrizione generale delle emozioni, riconoscendole come componenti essenziali della vita quotidiana. Dinanzi a questa problematicità, vari studiosi, tra cui Paul e Anne Kleinginna (1981), hanno cercato di identificare le caratteristiche comuni alle diverse definizioni e di fornire una spiegazione universale. Il loro tentativo fu però fallimentare. Gli stati emotivi sono infatti complessi (Young, 1973) e la possibilità di analizzarli da svariate prospettive rende quasi impossibile poter assegnare una definizione esaustiva. Inoltre, è emersa la difficoltà degli psicologi di raggiungere un accordo su un'etichetta comune; mentre molti hanno preferito il termine "emozione", altri autori, tra cui Young e Chaplin, hanno scelto di utilizzare "affetto" o "processi affettivi" come etichette principali (Kleinginna e Kleinginna, 1981).

Attualmente si mantiene viva la discussione relativa a una definizione universale delle emozioni. Numerosi studiosi impostano e sviluppano il loro pensiero appoggiandosi

alla teoria delle emozioni di base, nota come *Basic Emotion Theory*. Questa teoria, formulata da Ekman (1972), ha permesso di differenziare, dal punto di vista qualitativo, diversi tipi di emozioni che gli esseri umani possono riconoscere ed esprimere. Inizialmente, sono state identificate sei emozioni fondamentali (Ekman & Friesen, 1971): felicità, tristezza, rabbia, sorpresa, disgusto e paura. Successivamente, l'autore ha introdotto il disprezzo come settima emozione di base a sé stante (Ekman & Friesen, 1986; Ekman & Heider, 1988). L'autore sostiene che, fin dalle prime fasi dello sviluppo, l'individuo possiede capacità innate che gli permettono di riconoscere queste emozioni di base attraverso un insieme di configurazioni facciali prototipiche.

Un'altra teoria fondamentale sul tema delle emozioni di base, che sostiene quindi l'esistenza di emozioni innate e universali, è quella sviluppata da Plutchik (1980). L'autore elaborò un modello strutturale delle emozioni basato sulle motivazioni umane, mostrandosi a sostegno dell'idea secondo cui le emozioni avrebbero un ruolo rilevante nella sopravvivenza dell'individuo. Dinanzi ad una situazione di pericolo, l'emozione che si sperimenta svolge una funzione motivante che accompagna l'individuo nella scelta del comportamento più adeguato alla circostanza per garantire la sopravvivenza; un classico esempio è che, quando si prova paura si tende a fuggire. Plutchik (2001) ha creato un modello tridimensionale a forma di cono, denominato la "ruota delle emozioni". Questo modello si è rivelato molto utile nella comprensione di svariate emozioni; si organizza intorno a otto emozioni di base, che presentano diversi livelli di intensità e diverse combinazioni che portano allo sviluppo di nuove emozioni (Lee & Kim, 2023).

Negli anni sono stati proposti modelli alternativi a quello delle emozioni universali di base. Negli ultimi tempi, il dibattito riguardante l'origine e la funzione delle emozioni in campo neuroscientifico è stato alimentato da una teoria innovativa, la teoria dell'emozione costruita (Barrett, 2017). Questa teoria, si contrappone a quelle

predominanti nelle neuroscienze, spostando l'attenzione sulla natura e l'origine delle emozioni. Differentemente dalla proposta di Ekman, nella sua teoria, Barrett nega l'esistenza di emozioni uguali e condivise tra gli individui a prescindere dalla loro nazionalità o cultura, e contrasta l'idea che le emozioni possano essere identificate tramite espressioni facciali o altre misurazioni fisiologiche. Al contrario, l'autrice sostiene il ruolo delle esperienze personali nella costruzione delle emozioni degli individui. A partire dai dati sensoriali provenienti dall'ambiente esterno il cervello elabora le emozioni. Quest'ultime, non vengono considerate come semplici reazioni a eventi esterni ma assumono il significato di "simulazioni" che permettono di prevedere la risposta più efficace dinnanzi a tali eventi (Coppini et al., 2023).

Esistono quindi diversi orientamenti che permettono di concettualizzare l'emozione; da approcci basati sulle emozioni di base (Ekman, 1972; Plutchik, 1980), ad approcci valutativi (Lazarus, 1991), fino ad approcci di costruzione psicologica (Barrett, 2017) e a quelli di costruzione sociale (Gross, 2015). Tuttavia, nonostante le significative differenze che li caratterizzano, si evidenziano tre punti fondamentali di accordo. Innanzitutto, viene messo in risalto il ruolo delle emozioni che, nella sua spontanea manifestazione, provoca modificazioni nei vari aspetti dell'esperienza personale, nei comportamenti e nelle reazioni fisiologiche. Le emozioni poi si manifestano nel tempo, variando da pochi secondi a diversi minuti (Cunningham & Zelazo, 2007). Un metodo efficace per approfondire l'analisi di queste dinamiche è attraverso il "modello modale" dell'emozione, così denominato perché costituisce una visione di senso comune del concetto di emozione (Barrett et al. 2007). Infine, è importante riconoscere che, in relazione al contesto in cui si manifestano, le emozioni possono avere effetti positivi o negativi.

1.1.2 Le caratteristiche principali

Recentemente, Umberto Galimberti (2021), nel suo libro ha suggerito come definizione dell'emozione una "reazione affettiva intensa con insorgenza acuta e di breve durata, determinata da uno stimolo ambientale come può essere un pericolo, o mentale come può essere un ricordo" (p.21). Esaminando l'etimologia del termine "emozione", proveniente dal latino "emovère, ex-movere" che significa portare fuori, smuovere, risalta il suo carattere dinamico e la sua eventuale interpretazione quale forza primaria che ci orienta nel mondo, anticipando l'intervento della razionalità. La capacità adattiva rappresenta un'altra fondamentale caratteristica delle emozioni. Essa, efficace nei casi in cui si presenti un pericolo improvviso, consente di individuare in maniera rapida soluzioni efficaci all'interno di contesti in cui il tempo per un'analisi razionale risulta insufficiente. Un'ulteriore peculiarità è l'intenzionalità, la quale si rivolge ad una persona o ad un contesto specifico. L'intenzionalità è seguita da un'azione che si articola in base alla situazione percepita e che si attua attraverso un determinato comportamento. Quest'ultimo è influenzato anche da un'altra componente, ovvero la motivazione che lo sottende. La finalità e il risultato sono altre due caratteristiche delle emozioni. Ogni emozione è sempre orientata verso uno scopo; per spiegare questa caratteristica Galimberti nel suo libro riporta l'esempio del pianto di una studentessa nel contesto di un'interrogazione. Il pianto non raffigura qui un fallimento ma una "condotta inferiore", dice l'autore, scelta con la finalità di nascondere la propria difficoltà nel gestire la situazione riconoscendo la propria impreparazione (Galimberti, 2021).

Whissell, nel suo lavoro del 2023, ha analizzato diverse caratteristiche dell'emozione poggiandosi su svariate teorie sviluppate nel corso degli anni, con particolare riferimento agli studi di James, Cannon e Darwin. Dopo aver raccolto e presentato queste informazioni, l'autrice arriva a definire l'emozione come una reazione a stimoli esterni, un fenomeno che coinvolge sia il corpo che la mente. Whissell sottolinea

la caratteristica di adattabilità dell'emozione, mettendo in risalto il suo ruolo primario nella sopravvivenza umana e la sua interazione con la cognizione, riconoscendole anche una propria unicità e diversità rispetto al pensiero. Le emozioni, infatti, possono influenzare il nostro modo di pensare oppure possono essere condizionate dai nostri pensieri, ma non sono sinonimo di pensiero. Secondo l'autrice, l'emozione è poi una combinazione di istinto e apprendimento, ed è soggetta anche all'influenza del contesto culturale e sociale. Dal momento che le emozioni possono essere apprese, la loro manifestazione può variare in base alle diverse culture. Ogni cultura consente quindi diverse forme di espressione emotiva, le cui norme vengono interiorizzate dagli individui che ne appartengono. Queste norme possono, tuttavia, essere fraintese da persone che fanno parte di altre culture e che non hanno familiarità con quelle esterne alla propria.

1.1.3 Le teorie più diffuse

Per quanto concerne la natura delle emozioni, la teoria innatistica di Charles Darwin ha fornito un contributo rilevante alla sua comprensione. Darwin, famoso per la sua teoria dell'evoluzione attraverso la selezione naturale, ha anche affrontato il tema delle emozioni sviluppando un proprio pensiero, proposto nel suo libro *The Expression of Emotion in Man and Animals* (1872). L'autore presentò l'idea dell'esistenza di principi evolutivi comuni sia per gli esseri umani che per gli animali, mettendo in risalto anche la presenza di una continuità nelle emozioni per entrambi. L'assunto di base era che le emozioni, avendo un forte valore adattivo connesso alla sopravvivenza, prolungassero nel tempo la loro esistenza. In contrapposizione agli studiosi che descrivevano le emozioni come irragionevoli e di secondo ordine, Darwin insisteva sull'utilità, ai fini di sopravvivenza, delle risposte emotive in relazione al mondo circostante. Un esempio tipico riguarda le situazioni di pericolo, in cui la risposta emotiva di paura funziona come segnale d'allarme che ci spinge ad allontanarci dalla minaccia e ad organizzare una difesa

che ci consenta di metterci in salvo. Dell'autore risalta, inoltre, la rappresentazione dell'emozione come riflessiva o automatica. Le confrontazioni di Darwin tra gli esseri umani e gli animali non riguardavano tanto la somiglianza di emozioni tra queste due specie, quanto la facilità di studio dei secondi e il loro disinteresse nel nascondere i propri stati emotivi. Al contrario, l'autore sospettava che l'uomo fosse in grado di manipolare le proprie emozioni, mascherando, inoltre, la loro forma originale. Darwin, affascinato dai lavori fotografici di diversi professionisti che analizzavano dettagliatamente il volto umano, focalizzò la sua attenzione sugli scatti di uno in particolare, Duchenne, arrivando a riconoscere la presenza di alcune differenze culturali nelle espressioni emotive. Nonostante ciò, l'autore continuò a sostenere l'idea di somiglianza nelle emozioni tra le diverse culture (Whissell, 2023). In contrasto alla teoria di Darwin, che sostiene la natura innata delle emozioni, la teoria anti-innatistica si basa sull'idea che non sia possibile stabilire una relazione diretta tra situazione ed emozione, poiché le emozioni possono assumere un significato diverso tra le varie culture e nello stesso soggetto in momenti differenti (Galimberti, 2021).

Nell'ambito di ricerca sulle emozioni, la teoria di James-Lange, ha costituito una delle teorie principali e di maggiore influenza per oltre un secolo. La teoria è stata presentata dallo psicologo William James e dal fisiologo Carl Lange alla fine del XIX secolo e ha esposto una propria interpretazione su come le emozioni siano vissute e comprese in rapporto alle reazioni fisiologiche agli stimoli esterni. Secondo questi studiosi, le risposte fisiologiche del nostro corpo precedono e provocano le diverse esperienze emotive. La sequenza di eventi descritta dalla teoria può essere sintetizzata in tre fasi principali. Innanzitutto, si presenta uno stimolo esterno, un evento o una situazione, in grado di attivare una risposta fisiologica nel corpo. A seguito di questo stimolo, il corpo manifesta dei cambiamenti fisiologici, come un aumento della frequenza

cardiaca, variazioni nella respirazione e tensione muscolare. Infine, l'individuo vive un'esperienza emotiva, interpretando queste risposte fisiche come emozioni (Norbotayevna, 2024). Un esempio di questo concetto è che, contrariamente alla convinzione comune secondo cui piangiamo perché siamo tristi, in realtà ci sentiamo tristi proprio perché piangiamo. La teoria rimarca quindi l'importanza di come decifriamo i segnali del nostro corpo; le nostre emozioni sono condizionate dall'interpretazione che diamo ai cambiamenti fisici che ci coinvolgono. Tuttavia, esistono delle differenze individuali, per cui persone diverse possono dare significati diversi alle stesse risposte fisiologiche, producendo esperienze emotive distinte in risposta a un medesimo stimolo. Inoltre, la teoria suggerisce che le reazioni corporee possono accrescere gli stati emotivi, ad esempio, sorridere può indurre una sensazione di felicità, mettendo così in evidenza la relazione reciproca tra fisiologia ed emozione. Scoperte scientifiche recenti hanno confermato questa teoria, in particolare il lavoro di Laird e Lacasse (2014) ha fornito delle prove a conferma del legame tra i cambiamenti fisiologici e le esperienze emotive. Gli autori propongono che il feedback corporeo, unito alle nostre percezioni riguardo ai segnali situazionali, influisca in misura considerevole sui nostri sentimenti emotivi (Mcfarlane, 2024). Nonostante la teoria di James-Lange sia stata di grande sostegno alla nostra comprensione delle emozioni, presenta alcune limitazioni e ha ricevuto diverse critiche. Innanzitutto, è stato osservato che le emozioni sono più complesse di semplici reazioni a modifiche corporee. Inoltre, si è notato che la teoria non tiene sufficientemente in considerazione la complessità e la diversità delle esperienze emotive e l'importanza della valutazione cognitiva nelle risposte emotive (Norbotayevna, 2024).

Un'altra teoria significativa nel campo dello studio delle emozioni è la teoria di Cannon-Bard, elaborata da Walter Cannon e successivamente estesa da Philip Bard. Walter Cannon, fisiologo statunitense che si è dedicato allo studio della motivazione e

delle emozioni all'inizio del XX secolo, aveva una visione totalmente diversa rispetto a quella di James riguardo alle emozioni. Mentre James sottolineava l'importanza del legame tra le risposte fisiologiche del corpo e l'esperienza emotiva, Cannon sosteneva che il cervello rivestiva un ruolo fondamentale e primario nella gestione del processo emotivo. La sua teoria, nota come "teoria centrale delle emozioni", suggerisce che dinanzi ad uno stimolo esterno, il cervello elabora le informazioni e produce risposte corporee, oltre alla stessa esperienza emotiva. Questo racchiude il significato che la reazione non è semplicemente una risposta fisica a uno stimolo; il processo emotivo ha inizio nel cervello, il quale attiva successivamente le reazioni fisiche. In sintesi, contrariamente a James, Cannon propone un modello in cui il cervello occupa una posizione centrale nell'esperienza emotiva, coordinando le risposte del corpo agli stimoli emotivi (Whissell, 2023). Questo dibattito ha determinato i presupposti per le ricerche future nello studio delle emozioni, con Cannon che ha enfatizzato il ruolo del sistema nervoso centrale nella comprensione delle emozioni.

Il contributo di un teorico successivo, Philip Bard, si unificò alle idee di Cannon, portando alla creazione del modello conosciuto come teoria di Cannon-Bard. La teoria di Cannon-Bard si distingue da quella di James-Lange poiché propone che le reazioni emotive e le risposte fisiologiche agli stimoli si verificano contemporaneamente. Secondo questa teoria, il talamo trasmette simultaneamente segnali sia alla corteccia che al sistema nervoso, arrivando così alla creazione dell'emozione consapevole e dell'eccitazione fisiologica. Quando un individuo si trova di fronte ad uno stimolo emotivo, l'esperienza emotiva e la reazione fisiologica si sviluppano in modo parallelo ma rimangono indipendenti l'uno dall'altro. Sebbene la teoria di Cannon-Bard abbia ricevuto alcune conferme empiriche, non risulta del tutto esente da critiche. I critici mettono in luce la vastità e la varietà delle esperienze emotive, ritenendo che la teoria

potrebbe non considerare adeguatamente questi aspetti. Alcuni studiosi sostengono poi che questa teoria potrebbe semplificare in maniera eccessiva la complessità delle emozioni, ignorando elementi come le influenze culturali, le differenze individuali e gli effetti specifici del contesto (Mcfarlane, 2024).

Il lavoro di Schachter e Singer (1962) ha poi condotto alla nascita di quella che è conosciuta come la teoria dei due fattori. La teoria si fonda sull'idea che le emozioni si basino principalmente su due elementi: l'arousal e l'interpretazione cognitiva, o etichettatura. Secondo gli autori, quando si affronta una situazione emotivamente significativa, il corpo reagisce con una risposta fisiologica. Tuttavia, considerando la sola attivazione fisiologica, essa non risulta sufficiente per distinguere e definire quale emozione stiamo vivendo. L'attribuzione di un'etichetta all'esperienza fisiologica è quindi un passaggio importante di questo processo. In altre parole, stando a questa prospettiva, si può affermare che interpretiamo la nostra attivazione fisiologica in base al contesto in cui ci troviamo e alle informazioni che si hanno a disposizione, e che questa interpretazione permette di stabilire quale emozione percepiamo. Il modello di Schachter e Singer può essere compreso considerando un evento stimolo che provoca un'attivazione fisiologica e, attraverso la sua interpretazione sociale e cognitiva, conduce da una risposta emotiva. Per verificare la loro idea, gli autori hanno eseguito un esperimento. Inizialmente sono stati scelti dei partecipanti, i quali sono stati assegnati casualmente a dei gruppi creati. I partecipanti hanno ricevuto iniezioni di adrenalina che hanno causato cambiamenti corporei simili alla risposta di lotta o fuga del sistema nervoso simpatico. Tuttavia, solo ad alcuni di questi partecipanti era stata comunicata la possibilità del verificarsi di queste reazioni come effetti collaterali dell'iniezione, ad altri, invece, era stato detto che l'iniezione non avrebbe avuto alcun effetto o che avrebbe provocato un effetto collaterale non correlato a una risposta del sistema nervoso, come per esempio il

mal di testa. A seguito delle iniezioni, i partecipanti hanno trascorso un po' di tempo in una stanza in compagnia di altre persone che consideravano anch'essi partecipanti alla ricerca. Tra questi, in realtà, era presente un complice dei ricercatori che, agendo secondo le loro istruzioni, avrebbe messo in scena svariate emozioni, tra cui rabbia ed euforia. I partecipanti che vedevano il complice, senza comprendere le motivazioni della propria eccitazione corporea, tendevano ad essere più influenzati dall'emozione del complice e a interpretare la propria emozione simile a quella che vedevano rappresentare da quest'ultimo. Questa teoria spiega chiaramente che la sola eccitazione può turbare e creare confusione, per cui, attraverso la cognizione, cerchiamo di dare un ordine e significato. Ciò che i volontari pensavano della loro emozione influenzava quale emozione credevano di provare. La teoria dei due fattori di Schachter e Singer si basa quindi sul presupposto fondamentale di attribuzione di un'etichetta all'esperienza fisiologica, considerata una forma di valutazione cognitiva.

La prima teorica ad aver esplorato il concetto di valutazione e ad aver parlato di valutazione emotiva, ovvero del modo in cui il processo valutativo si relaziona con l'emozione, è stata Magda Arnold nella sua opera dal titolo *Emotion and personality* (1960). La psicologa, i cui studi erano stati influenzati dalla fenomenologia e dal pensiero evolucionistico, ha adottato una visione delle emozioni basata sul ruolo della risposta istintiva e della cognizione. Il pensiero della Arnold è incentrato sull'idea che dinnanzi ad una situazione emotiva, il corpo mette in atto un processo di valutazione e attribuzione di significato, fornendo così una risposta automatica. Nel suo modello, la studiosa ha evidenziato come sia le risposte corporee che la cognizione siano dipendenti dal processo di valutazione.

Gli studi condotti dai teorici che si sono interessati all'esplorazione del tema della valutazione, hanno apportato numerosi contributi alla ricerca sulle emozioni. Uno di

particolare rilevanza, concerne l'idea secondo cui situazioni molto simili tra loro possono condurre ad emozioni molto diverse e che possono essere comprese solo analizzando il processo valutativo sottostante. È un concetto principale della teoria della valutazione, sostenuto anche da Lazarus nel suo lavoro del 1991. Di fronte ad una particolare situazione, si mette in atto un processo di valutazione cognitiva che precede l'esperienza emotiva. L'emozione sperimentata risulta quindi strettamente connessa ai pensieri avuti durante il processo valutativo. Richard Lazarus svolse i suoi lavori e sviluppò il suo pensiero facendo riferimento ai precedenti studi della Arnold (Whissell, 2023).

In relazione alla situazione vissuta, e alla persona che le sperimenta, le emozioni possono poi rivelarsi vantaggiose o sfavorevoli. Gross e Jazaieri (2014) espongono una chiara descrizione delle problematicità legate alle emozioni. In particolare, secondo gli autori, le emozioni apparirebbero vantaggiose qualora svolgessero adeguatamente la funzione di guida nell'elaborazione sensoriale, di promozione di un processo decisionale positivo e di supporto nella scelta della strategia d'azione più efficace. Al contrario, le emozioni risulterebbero dannose nel caso in cui presentino una reazione eccessiva o insufficiente a una situazione specifica (intensità); una durata troppo breve o troppo lunga in relazione alla situazione presentata (gli autori citano la fobia specifica come esempio della durata eccessivamente lunga di un'emozione negativa e il disturbo da stress post-traumatico, PTSD, come prova della durata eccessivamente corta di un'emozione positiva); una frequenza eccessiva, come nel caso di un disturbo esplosivo intermittente, o troppo rara come nella distimia; una tipologia inappropriata al contesto, come nella schizofrenia, e una consapevolezza eccessiva o scarsa come si può osservare rispettivamente nel disturbo di panico e nella bulimia nervosa. Attraverso questa chiarificazione, è possibile spostare l'attenzione sul ruolo decisivo che ricopre la regolazione emotiva, intesa come "un processo omeostatico che modera l'intensità delle

emozioni per mantenerle entro un livello gestibile” (Leahy et al., 2018, p.12). Di fronte ad emozioni eccessivamente intense, risulta infatti di grande importanza adottare strategie adattive di modulazione delle emozioni, così considerate poiché, in base agli obiettivi dell’individuo, sostengono un funzionamento adeguato e sicuro nel breve e nel lungo periodo (Leahy et al., 2018).

1.2 La regolazione emotiva

La regolazione delle emozioni è costituita dall’insieme di strategie più o meno adattive che vengono attuate per modulare l’espressione degli stati emotivi (Gross, 2014). Essa rappresenta un costrutto fondamentale durante l’età adolescenziale in cui si assiste a numerose modificazioni nell’emotività, nella cognizione, nei processi neurologici e nell’ambito delle relazioni sociali. Alcuni autori, tra cui Gross (2015), hanno anche evidenziato il coinvolgimento, in questo particolare periodo di sviluppo, di processi cognitivi superiori, tra cui le funzioni esecutive, in diversi aspetti riguardanti la gestione delle emozioni.

L’adolescenza rappresenta un periodo contraddistinto da grande flessibilità e plasticità, soprattutto dal punto di vista neurobiologico. Queste peculiarità permettono di considerarla come un momento cruciale dello sviluppo per esercitare e incrementare le capacità di regolazione emotiva, supportando il mantenimento del benessere mentale dell’individuo. Un fattore significativo che esercita una grande influenza sulla capacità di regolazione emotiva adattiva è la socializzazione emotiva; in particolare, in adolescenza, appare significativa la relazione con i coetanei. Quest’ultima insieme alla qualità del legame genitoriale, rivestono un’importanza fondamentale per il corretto sviluppo della regolazione emotiva (Sahi et al., 2022).

Nel corso degli anni, il costrutto di regolazione emotiva è diventato un tema di grande interesse nel campo della psicologia e un argomento di discussione tra diversi autori.

1.2.1 Comprensione e definizione della regolazione emotiva

L'interesse per il concetto della regolazione emotiva è aumentato rapidamente nel tempo. Tra gli innumerevoli studi presentati in letteratura, è possibile osservare una diversità nell'analisi del termine, tuttavia, diversi autori sembrano condividere quella che Thompson (1994) ha definito una "comune comprensione intuitiva" (p.27) del suo significato. L'autore elaborò una delle prime definizioni del concetto di regolazione emotiva, condivisa anche da autori più recenti. Lo studioso descrisse la regolazione delle emozioni come caratterizzata da "processi interni ed esterni coinvolti nell'avvio, nel mantenimento e nella modulazione dell'occorrenza, dell'intensità e dell'espressione delle emozioni" (Morris et al., 2007, p.3). All'interno di questa definizione, risaltano due fattori di grande rilievo, i processi interni ed esterni. Di quest'ultimi risulta fondamentale il loro ruolo nello stabilire l'efficacia della regolazione emotiva. I processi interni includono componenti quali la reattività neuroregolatoria, il carattere temperamentale, le abilità cognitive, l'attaccamento e i relativi modelli operativi interni positivi; i fattori esterni, invece, sono connessi allo stile di cura dei genitori (caregiving), ai modelli comportamentali e all'esperienza (Paulus et al., 2021). In particolare, i processi esterni riguardano tutti gli agenti di socializzazione, quindi i genitori e i coetanei che svolgono una funzione di primaria importanza nell'influenza della modulazione delle emozioni.

Sempre Thompson, nel suo lavoro del 1994 e in quello del 1996, realizzato insieme al collega Calkins, ha messo in risalto, nell'ambito di valutazione della regolazione emotiva, il bisogno di prendere in considerazione quelle che sono le richieste della situazione circostante e gli obiettivi dell'individuo. Questo concetto si sviluppa a

partire dall'idea secondo cui la regolazione delle emozioni può essere compresa e valutata solo all'interno di un contesto specifico. I due ricercatori inoltre hanno sottolineato l'importanza della flessibilità nell'uso di strategie regolatorie e della modificazione dell'intensità e della durata di un'emozione, anziché della sua eliminazione, a fini di una regolazione emotiva adattiva (Thompson, 1994; Thompson & Calkins, 1996).

Saarni (1999), ha poi introdotto la regolazione emotiva tra le competenze emotive fondamentali per un corretto sviluppo dell'individuo. Tra questi requisiti, erano già inclusi, la comprensione e la consapevolezza degli stati emotivi di sé e degli altri e di socializzazione emotiva, le capacità di empatia e simpatia, l'abilità di fare uso di un vocabolario emotivo ed espressivo comune, oltre che la capacità di autoefficacia emotiva. L'autore ha proposto l'introduzione della capacità di utilizzare strategie autoregolatorie ai fini di modulare l'intensità e la durata degli stati emotivi ed affrontare così in maniera adattiva le emozioni più travolgenti. La regolazione delle emozioni, in questa prospettiva evolutiva, è quindi considerata un processo alla base dell'interazione sociale, essenziale per lo sviluppo sociocomunicativo e relazionale, e la cui modulazione è guidata dalle strategie di autoregolazione.

I lavori empirici e teorici condotti da diversi autori nel corso degli anni, hanno enfatizzato il ruolo di fattori differenti nella comprensione del concetto di regolazione emotiva. Grazie a questi studi, tra cui anche quelli sopra riportati, si è giunti ad una spiegazione generale della regolazione delle emozioni, quale processo che coinvolge la capacità di avere una consapevolezza, comprensione e accettazione delle emozioni, la capacità di controllare gli atteggiamenti impulsivi e di agire in conformità con gli obiettivi desiderati in presenza di emozioni negative, e la capacità di impiegare strategie adattive di regolazione delle emozioni per gestire le risposte emozionali, raggiungere gli obiettivi individuali e le esigenze situazionali. La mancanza di anche solo una di queste capacità

potrebbe rivelare una difficoltà nella regolazione delle emozioni, anche definita disregolazione emotiva (Gratz & Roemer, 2004).

La capacità di regolare in maniera efficace le emozioni, che presuppone anche “la capacità di riconoscere, valutare, modificare e gestire le emozioni in modo personale e socialmente accettabile, al fine di mantenere il controllo mentale sui sentimenti forti e arrivare al funzionamento adattivo” (Thompson, 1994, citato da Paulus et al., 2021, p.2), si sviluppa nel corso dell’infanzia e dell’adolescenza (Silvers, 2022) e dispone le basi necessarie per il mantenimento di uno stato di salute e benessere nell’arco della vita.

1.2.2 Teorie principali e strategie di regolazione

In uno studio del 2022, Brenning et al., hanno proposto una ricerca incentrata sull’indagine del legame esistente tra la regolazione delle emozioni e la psicopatologia, appoggiandosi alla Teoria dell’Autodeterminazione (Ryan & Deci, 2017), e facendo particolare riferimento all’analisi dei processi che spiegano il motivo per cui alcune strategie di regolazione sarebbero considerate più adattive rispetto ad altre. La Teoria dell’Autodeterminazione, una “teoria organismica basata empiricamente sul comportamento umano e sullo sviluppo della personalità [...] che si occupa in modo centrale delle condizioni sociali che facilitano o ostacolano il benessere totale dell’uomo” (Ryan & Deci, 2017, p.3), presenta al suo interno una spiegazione di tre diversi stili di regolazione delle emozioni (Ryan et al., 2006).

Un primo stile di regolazione emotiva, considerato il più adattivo all’interno della Teoria dell’Autodeterminazione, è l’integrazione emotiva. Questa, include diversi elementi. Innanzitutto, l’integrazione emotiva è caratterizzata da “un’attenzione ricettiva e non giudicante” (Roth et al., 2019, p.2) nei confronti della propria esperienza emotiva. La neutralità con cui vengono esaminati gli stimoli emotivi permette a quest’ultimi di giungere ad un livello di elevata consapevolezza, senza rischiare di cadere nella riduzione

o trascuratezza. Questo grado di consapevolezza, unito ad un atteggiamento curioso e accogliente per le emozioni sperimentate, trasportano l'integrazione emotiva verso una ricerca approfondita e appassionata dell'intera esperienza emotiva vissuta. Le emozioni vengono analizzate dettagliatamente per raggiungere una migliore comprensione del loro significato e valore. Infine, la consapevolezza e la comprensione dell'esperienza emotiva raggiunta ricoprono il ruolo di guida per l'individuo per l'azione voluta seguente. L'integrazione emotiva è risultata, in diversi studi, strettamente connessa con una maggiore apertura all'esperienza, un carattere più autentico e una maggiore riflessione (Roth et al., 2018). Inoltre, questo stile di regolazione emotiva favorirebbe un miglioramento del benessere (Brenning et al., 2015).

Altri due stili di regolazione emotiva, sono la soppressione emotiva, o regolazione emotiva controllata, e la disregolazione (Roth et al., 2019).

Per introdurre il concetto di soppressione emotiva, è importante tenere in considerazione che le emozioni, malgrado siano una fonte preziosa e utile di informazioni, possono anche essere sperimentate come opprimenti e minacciose. Dinanzi a questa valutazione negativa, l'individuo tende a mettere in atto comportamenti di controllo della manifestazione delle proprie emozioni e ad utilizzare quindi la soppressione emotiva come strategia di regolazione. La regolazione soppressiva delle emozioni è caratterizzata da atteggiamenti di evitamento dell'esperienza emotiva oppure di distacco emotivo, destinati a sfuggire e a minimizzare le emozioni vissute come negative. Quest'ultime, diversamente dall'integrazione emotiva, non raggiungono un alto grado di consapevolezza e mancano di un'analisi accurata. Considerato che nella soppressione emotiva l'espressione delle emozioni viene bloccata e tenuta sotto controllo, alcuni studiosi l'hanno messa in relazione ad un'insufficiente autenticità dell'individuo,

una scarsa disposizione a richiedere supporto emotivo altrui e al rispecchiamento (Kim et al., 2002; Roth et al., 2019).

La disregolazione emotiva fa riferimento ad una condizione in cui le persone sperimentano delle emozioni ma non si ritengono capaci di controllarle e modularle. Queste emozioni, vissute come travolgenti, opprimenti, ed espresse solitamente tramite comportamenti impulsivi o, in alcuni casi, contenitivi, svolgono una funzione disorganizzante tanto da ostacolare il mantenimento di un funzionamento ottimale. Inoltre, diversamente dall'integrazione emotiva, con questo stile di regolazione l'individuo può accedere alle emozioni, ma viene ostacolato il loro raggiungimento della piena consapevolezza. Pertanto, l'assenza di consapevolezza e la relativa scarsa comprensione dell'esperienza emotiva, conducono anche ad una limitata capacità di scelta delle azioni e delle strategie di coping (Roth et al., 2019).

Nel tempo, sono state svolte diverse ricerche per approfondire i fattori connessi allo stile di disregolazione emotiva. Nel lavoro di Emery et al. (2016), è stato osservato come questo stile disorganizzante sia associato ad un elevato malessere personale e, soprattutto, ad un comportamento autolesionistico non suicidario. In aggiunta, ulteriori studi hanno rilevato un'associazione con le difficoltà di inclusione nel gruppo dei pari, spesso determinate dai comportamenti incontrollati (Shields et al., 1994). Senza considerare la modalità di espressione delle emozioni, secondo lo studio di Roth e Assor (2012), quando l'individuo è emotivamente disregolato, si trova ad affrontare non solo disagio e malessere, ma anche problemi nelle relazioni interpersonali, tra cui la difficoltà nel sostenere l'altro, e a una gamma limitata di scelta nei comportamenti (Roth et al., 2019).

La soppressione e la disregolazione emotiva sono state oggetto di analisi in diversi studi mostrando una correlazione positiva con la sintomatologia internalizzante e quella esternalizzante durante l'adolescenza (Compas et al., 2017; Brenning et al., 2022).

Ulteriori due strategie regolatorie delle emozioni, individuate in studi differenti, sono la ruminazione e l'evitamento. In riferimento a quest'ultimo, alcuni autori hanno parlato di evitamento esperienziale, inteso come l'evitamento di diverse esperienze psicologiche, tra cui pensieri, emozioni, sensazioni, ricordi e impulsi (Hayes et al., 1999); altri hanno introdotto il concetto di evitamento comportamentale, tra cui Mowrer (1947) nella sua teoria della paura in due fasi. Per quanto concerne la ruminazione, invece, l'individuo si immerge nuovamente nell'esperienza emotiva vissuta sforzandosi di comprendere le cause e le conseguenze sottostanti ed arrivare ad una risoluzione dei problemi. Tuttavia, questa strategia presenta una correlazione negativa con la capacità di problem solving (Aldao et al., 2010).

In contrapposizione alla soppressione, alla disregolazione e all'evitamento, la rivalutazione cognitiva e la risoluzione dei problemi (problem-solving) rappresentano due strategie di regolazione emotiva adattive. Nello specifico, la rivalutazione cognitiva presuppone che in riferimento ad alcune circostanze stressanti, vengono sviluppate delle interpretazioni positive al fine di portare sollievo al disagio creato (Gross, 1998). Diversi autori, in svariate ricerche, hanno messo in evidenza la funzione della rivalutazione in ambito terapeutico, soprattutto per il trattamento di disturbi d'ansia e depressivi. Inoltre, la rivalutazione è risultata positivamente associata al benessere psicologico (Aldao et al., 2010). Per quanto concerne la risoluzione dei problemi, essa rappresenta l'intento di correzione di una situazione stressante o di controllo delle sue conseguenze. Questa strategia non agisce quindi direttamente sulla regolazione emotiva ma, attraverso la

modifica dei fattori che sono fonte di stress, apporta effetti positivi sulle emozioni (Aldao et al., 2010).

Il modello di processo, originariamente sviluppato da Gross (1998) e successivamente esteso da Sheppes et al. (2015), rappresenta una delle teorie più influenti nel contesto della ricerca sulla regolazione delle emozioni. Con questo modello teorico, viene presentato uno schema organizzativo per l'individuazione delle strategie adattive di regolazione emotiva. Si illustra come, a partire da una divergenza tra lo stato emotivo desiderato dall'individuo e quello affettivo atteso, ha inizio un ciclo di regolazione emotiva attraverso la scelta della strategia più conveniente. Nel modello regolatore, sono evidenziate cinque categorie di strategie organizzate a partire dalla fase di insorgenza delle emozioni (situazione, attenzione, valutazione, risposta) in cui si manifestano. In particolare, un'emozione si svilupperebbe nel momento in cui l'individuo dà attenzione e valuta i propri segnali emotivi (Roth et al., 2019).

La selezione della situazione (situation selection) è una prima categoria che presenta al suo interno la strategia dell'evitamento. È caratterizzata da atteggiamenti di allontanamento o avvicinamento, in riferimento a persone, oggetti o situazioni, che suscitano rispettivamente emozioni negative o positive.

La modifica della situazione (Situation Modification) è una categoria contraddistinta dal tentativo di apportare un cambiamento alla situazione vissuta per alterare l'impatto emotivo. La richiesta diretta è la strategia che fa parte di questa categoria.

La distribuzione attenzionale (Attentional deployment), è composta da strategie di orientamento del focus attentivo, tra cui la distrazione e la ruminazione. Quest'ultima, in particolare, focalizza l'attenzione verso le cause e le conseguenze delle emozioni.

Il cambiamento cognitivo (Cognitive change), rappresentato dalle strategie di accettazione e rivalutazione cognitiva, è una categoria che si incentra sulla reinterpretazione della situazione emotiva in modo da modificarne il significato.

La modulazione della risposta (Response modulation), contraddistinto dalle strategie di intervento fisiologico e di soppressione espressiva, implica una modificazione della risposta emotiva nelle fasi più tardive del processo generativo delle emozioni.

La strategia selezionata viene messa in pratica attraverso un procedimento specifico composto dalla fase di identificazione, selezione, implementazione e un costante monitoraggio. Tutte le fasi del modello costituiscono un ciclo di interazione costante (Sheppes et al., 2015; McRae & Gross, 2020).

Per concludere, tra le strategie regolatrici sopracitate, la rivalutazione, la risoluzione dei problemi e l'accettazione sono state descritte da diverse teorie come fattori di protezione contro la psicopatologia. Al contrario, la ruminazione, la soppressione emotiva e l'evitamento, in entrambe le sue forme, sono state concettualizzate come fattori di rischio.

1.2.3 Influenze familiari e sociali nella modulazione dei processi di regolazione emotiva

Nel corso del tempo, numerose ricerche hanno indagato il ruolo del caregiver, ovvero colui che “dà assistenza ad una persona non autosufficiente” (vocabolario Treccani), nei processi di regolazione emotiva, evidenziando come il contesto familiare e, più nello specifico, la madre, abbiano una forte influenza sulla capacità del figlio di modulare adeguatamente le emozioni. Il ruolo di guida e supporto dei caregiver nella gestione delle emozioni, risulta in relazione allo sviluppo neurologico del giovane. In particolare, l'esperienza positiva di accudimento familiare durante la prima infanzia faciliterebbe lo sviluppo dei circuiti neurali implicati nell'autoregolazione, come i circuiti prefrontali e dell'amigdala, e nel benessere emotivo. Di conseguenza, un clima emotivo familiare

sfavorevole, caratterizzato dalla manifestazione di numerose emozioni negative, risulterebbe connesso a possibili interruzioni nello sviluppo neurobiologico del bambino (Kerr et al., 2019).

Esistono diversi fattori che contribuiscono, nel corso dello sviluppo, a modellare i processi di regolazione emotiva. Innanzitutto, è importante tenere in considerazione che, secondo diversi studi, nel contesto familiare i genitori e il figlio si influenzano mutuamente. Risulta infatti di grande importanza tenere in considerazione le caratteristiche proprie del bambino, riguardanti il temperamento e la vulnerabilità, che entrano inevitabilmente in relazione con quelle presentate dai genitori. I caregiver sono anch'essi portatori di una propria storia familiare, di un rapporto con i propri genitori e un determinato stile di attaccamento; inoltre, sono contraddistinti dalle proprie capacità di regolazione delle emozioni, da un certo livello di benessere psicologico, dalle credenze che hanno sulle emozioni e sulla capacità di avere controllo su di esse. Un esempio che illustra chiaramente questa dinamica di influenza reciproca è la depressione materna, la quale può rappresentare un fattore di rischio per lo sviluppo inadeguato della competenza emotiva e comportamentale del bambino in età prescolare (Hoffman et al., 2006). L'insieme di queste peculiarità che definiscono i genitori e il bambino, si devono associare al clima familiare, alle pratiche genitoriali in uso e alle modalità di interazione per spiegare la misura in cui condizionano la socializzazione delle emozioni (Gottman et al., 1997). Un fattore di notevole importanza è inoltre il grado di reattività del genitore ai segnali del figlio. I risultati di alcune ricerche, citati nello studio svolto da Noroña et al. (2018), hanno evidenziato in particolare il condizionamento di comportamenti genitoriali positivi nello sviluppo della regolazione emotiva. Nello specifico, è stato messo in risalto l'elemento della sensibilità (Feldman, 2007; Leerkes et al., 2009), e, specificamente, quello della sensibilità materna, riferita alla modalità adeguata e rapida con cui la madre

risponde ai segnali di bisogno del bambino. Diversi studi, tra quelli quello di Thompson (1994), hanno posto luce sulla capacità dei genitori di fornire risposte sensibili alle emozioni negative del figlio, ad esempio fornendo una base sicura o incoraggiando risposte adattive di risoluzione del problema, quale rinforzo per il bambino per imparare ad autoregolarsi. Contrariamente, si ritiene che risposte prive di sensibilità alle emozioni negative, come il rifiuto o la trascuratezza, possano condurre il giovane a sminuire o a mascherare esageratamente le emozioni negative anziché imparare ad esprimerle e a modularle in maniera adattiva (Cassidy, 1994). Un altro autore, Calkins (1994), ha presentato e sostenuto l'idea secondo cui le risposte insensibili materne di fronte al disagio del bambino, concorrerebbero a incrementare il disagio stesso, a sviluppare credenze negative sull'ambiente sociale e uno stile di regolazione emotiva disadattivo (Leerkes et al., 2009).

Eisenberg et al. (1998) hanno introdotto il concetto di "comportamenti di socializzazione delle emozioni" per descrivere il processo attraverso il quale i bambini apprendono a regolare le proprie emozioni dai genitori; in particolare Eisenberg in lavori di ricerca successivi, ha esplorato, insieme ad altri autori, più nello specifico il processo di socializzazione delle emozioni, analizzando il ruolo, nello sviluppo dei processi di regolazione, del legame tra la genitorialità e l'adattamento del bambino, considerando anche l'influenza dei tratti ereditari del caregiver (Morris et al., 2007).

Il modello tripartito, mostrato da Morris et al. (2007), ha voluto descrivere l'impatto della famiglia sulla regolazione e l'adattamento delle emozioni dei bambini, specificando il ruolo delle caratteristiche genitoriali e dei bambini e gli effetti reciproci di queste caratteristiche sull'adattamento generale. Nel loro modello, gli autori forniscono una rappresentazione dei tre processi che caratterizzano la socializzazione della regolazione delle emozioni. L'osservazione o modellamento si identifica come il primo

processo di influenzamento della regolazione emotiva. Già a partire dagli studi di Bandura, il modellamento (modeling) si è dimostrato una forma di apprendimento frequente; attraverso l'osservazione delle espressioni e delle interazioni emotive dei genitori il bambino sviluppa la propria capacità di autoregolazione. L'espressione, da parte dei genitori, di emozioni positive, appare quindi una manifestazione importante nello sviluppo della regolazione emotiva del giovane (Cumberland-Li et al., 2003). Secondariamente, bisogna considerare le pratiche genitoriali, intese quali peculiari comportamenti, di trasmissione di informazioni e insegnamenti, determinati da obiettivi di socializzazione emotiva. Infine, lo stile genitoriale, costituito da diversi atteggiamenti nei confronti del figlio e che definiscono il clima emotivo familiare. In riferimento al clima emotivo, la ricerca sottolinea la sua importanza e influenza sullo sviluppo emotivo generale del giovane. La qualità relazionale, presentata attraverso lo stile di attaccamento, lo stile genitoriale, è il risultato del clima emotivo vigente nel contesto familiare. All'interno di un contesto familiare in cui i caregiver si mostrano accudenti e reattivi nei confronti dei bisogni del figlio, fornendo così uno spazio sicuro, il bambino sperimenterà la libertà di manifestare le proprie emozioni e di sviluppare strategie adattive di regolazione (Eisenberg et al., 1998). Questo, permetterà di porre le basi per lo sviluppo di una maggiore autonomia nell'autoregolazione durante l'adolescenza.

Lo studio condotto da Herd et al. (2020), ha esaminato i fattori connessi allo sviluppo della regolazione emotiva in adolescenza, esplorando nel dettaglio il ruolo del contesto emotivo familiare che comprende la regolazione delle emozioni dei genitori, l'insieme delle pratiche genitoriali e la qualità del legame tra l'adolescente e i propri genitori. La ricerca ha confermato gli studi appartenenti alla letteratura precedente che sottolineano l'importanza della qualità del rapporto adolescente-genitore nel predire l'autoregolazione. Nello specifico, i risultati della ricerca riportano dei cambiamenti

intraindividuali durante l'adolescenza nei processi di regolazione emotiva, rilevando come il contesto emotivo familiare possa agevolarli. Un contesto emotivo familiare positivo, all'interno del quale è possibile osservare una buona qualità del legame tra l'adolescente e il genitore, buone pratiche genitoriali e una regolazione adattiva delle emozioni da parte dei genitori, permetterebbe di sperimentare e apprendere, in una condizione di sicurezza e tranquillità, capacità adattive di regolazione delle emozioni.

Col il passaggio all'adolescenza e la crescente ricerca di indipendenza, anche emotiva, dai genitori, si osserva un cambiamento delle influenze sociali nel modellamento dei processi di regolazione emotiva del giovane. Rispetto ai bambini, in età adolescenziale, in cui si assiste ad un aumento delle abilità metacognitive e delle funzioni esecutive, vengono impiegate diverse strategie di autoregolazione più complesse caratterizzate da una maggiore efficacia, frequenza e flessibilità (Compas et al., 2017) e viene data maggiore fiducia alla relazione con i pari. I coetanei, infatti, sembrerebbero assumere un ruolo altrettanto significativo nel condizionamento dei processi decisionali e dei comportamenti, sia positivi e prosociali che negativi e a rischio, dell'adolescente, interferendo anche nello sviluppo dei processi di regolazione emotiva. Nonostante questo, i caregiver continuano a mantenere un ruolo di protezione e sostegno che dimostra avere un impatto positivo sull'adolescente.

Durante l'adolescenza, i desideri di autonomia ed esplorazione conducono il giovane verso un maggior coinvolgimento nelle relazioni con i pari. Si assiste ad un cambiamento nel supporto pratico dell'adolescente, il quale ricerca aiuto e sostegno emotivo in misura maggiore nella rete di amicizie piuttosto che nel sistema familiare. L'adolescenza è un periodo di grande sensibilità a tutti i segnali sociali e, proprio per questo, i coetanei che ne fanno parte esercitano un'influenza significativa nel modellamento dei processi emotivi e cognitivi (Sahi et al., 2023).

Gli studi svolti nei diversi anni hanno confermato l'importante funzione del contesto sociale, quale fattore influente sullo sviluppo adattivo della regolazione emotiva, sottolineando però la rilevanza di interazioni sociali positive (Fosco & Grych, 2012; Morris et al., 2007; Thompson, 1994). Al contrario, la sperimentazione di interazioni sociali negative, caratterizzate dalla pressione dei pari e da esperienze avverse, come il rifiuto, la disapprovazione o la vittimizzazione, sarebbero connesse a difficoltà di adattamento psicosociale e a ripercussione sullo sviluppo emotivo in generale (Herd & Kim-Spoon, 2021).

1.3 La disregolazione emotiva

La disregolazione emotiva può essere definita anche nei termini di regolazione disadattiva delle emozioni, in quanto interferisce con gli sforzi dell'individuo, ostacolando obiettivi e motivazioni emotive adattive. La concretizzazione dell'obiettivo emotivo prestabilito rappresenta, di contro, una buona riuscita della regolazione emotiva (Springstein & English, 2024).

L'impiego di strategie di regolazione disfunzionali, dipende da svariati fattori riguardanti l'individuo nella sua complessità ma anche l'ambiente che lo circonda con i suoi agenti di socializzazione. L'interazione tra diversi elementi predice lo sviluppo di processi di regolazione emotiva più o meno adattivi, che a loro volta assumeranno un ruolo chiave di mediazione nel mantenimento del benessere psicosociale dell'individuo (Paulus et al., 2021).

1.3.1 Definizione generale e tratti distintivi

Fornire una definizione univoca del concetto di disregolazione emotiva appare abbastanza complicato poiché la sua comprensione è legata a quella della regolazione emotiva. Per entrambi i costrutti, la letteratura ha procurato negli anni diverse spiegazioni. Partendo dalla descrizione generale di regolazione emotiva individuata nei paragrafi precedenti,

diversi autori hanno elaborato svariate definizioni del concetto di disregolazione. Tra questi, Gross e Jazaieri (2014), hanno definito la disregolazione come il risultato di un fallimento, inteso come una mancanza di impegno, nella regolazione delle emozioni, o di una “cattiva regolazione delle emozioni”, anche espressa come l’uso inappropriato delle strategie di regolazione emotiva.

La disregolazione emotiva è una strategia disadattiva della modulazione degli affetti, caratterizzata da sei dimensioni principali. Gratz e Roemer (2004) hanno svolto un importante lavoro di analisi della struttura fattoriale e delle proprietà psicometriche di una nuova scala di misurazione, nota come la Difficulties in Emotion Regulation Scale (DERS), ottenendo una sua prima validazione e identificando queste sei caratteristiche della disregolazione emotiva. Una prima peculiarità riguarda la dimensione di non accettazione delle emozioni negative. Questa incapacità di accettare e valorizzare tutte le svariate emozioni conduce ad una condizione di malessere e di sviluppo di emozioni negative secondarie che creano difficoltà nell’autoregolazione. Secondariamente, è stata riconosciuta la difficoltà nel conseguire i propri scopi, mantenere una concentrazione costante nel tempo e portare a termine degli incarichi, quando si sperimentano emozioni negative. Nell’ambito di valutazione della regolazione delle emozioni, diversi autori hanno messo in risalto l’importanza della considerazione degli obiettivi dell’individuo, e delle richieste provenienti dal contesto specifico, concepito come unico luogo di possibile comprensione della regolazione emotiva (Thompson, 1994). La problematicità nel controllo degli impulsi rappresenta un’altra dimensione di questo costrutto. In presenza di emozioni negative, l’individuo risulta incapace di controllare i propri comportamenti impulsivi e di agire in conformità con gli obiettivi prefissati. La quarta dimensione è contraddistinta dai concetti di consapevolezza e comprensione; si evidenzia una difficoltà nel rivolgere l’attenzione alle emozioni e nel riconoscerle. La quinta dimensione riguarda

invece la convinzione di una possibilità limitata di accesso alle strategie di regolazione delle emozioni, oltre che alla credenza riguardante l'immutabilità della risposta emotiva a seguito della sua manifestazione. Infine, la chiarezza emotiva rappresenta l'ultima dimensione della regolazione delle emozioni, definita da una difficoltà di comprensione e identificazione degli stati emotivi (Gratz & Roemer, 2004).

1.3.2 I fattori coinvolti nell'utilizzo di strategie di regolazione disfunzionali

Alcuni lavori hanno messo in risalto la prima infanzia come un periodo cruciale per lo sviluppo emotivo (Noroña et al., 2018). I primi anni di vita sono ritenuti, infatti, formativi per la crescita emotiva del bambino, oltre che per lo sviluppo dei processi di regolazione emotiva. Nello specifico, due fattori si sono rivelati significativi nel predire lo sviluppo della regolazione emotiva, le influenze esterne e quelle interne all'individuo. Per quanto concerne le influenze esterne, svariate ricerche si sono focalizzate sul ruolo del contesto familiare e, in particolare, è stata evidenziata l'importanza della relazione con la madre. Comportamenti genitoriali ed espressione di affetti positivi, sensibilità alle richieste e ai bisogni del bambino, oltre che una buona qualità del rapporto genitore-figlio, assumono una funzione protettiva nei confronti dell'emergente capacità di autoregolazione del giovane (Noroña et al., 2018). Al contrario un contesto familiare sfavorevole, in cui per esempio lo stile di caregiving risulta inefficace, l'esperienza relazionale con i genitori è negativa, caratterizzata da conflitto, trascuratezza o maltrattamento e assenza di manifestazioni emotive positive, predispone all'uso di strategie disadattive di regolazione delle emozioni. Esperienze traumatiche precoci, tra cui l'esposizione a diverse forme di maltrattamento, sono associate alla disregolazione emotiva, e intese quali possibili cause dell'uso di strategie disadattive. Come conseguenza, in un individuo traumatizzato, le difficoltà nella regolazione delle emozioni sono considerate predittori dell'aumento del rischio psicopatologico (Kim & Cicchetti, 2010; Thornback & Muller, 2015). Tra i fattori

esterni all'individuo, sono da tenere in considerazione anche le caratteristiche soggettive dei genitori, come per esempio la capacità di gestione delle emozioni, il benessere psicosociale, la storia personale, che interferiscono nella relazione con il bambino. La mancanza di una regolazione adattiva da parte dei genitori condurrà infatti il bambino a sviluppare una disregolazione affettiva che nel tempo potrebbe trasformarsi in una forma stabile di regolazione emotiva disfunzionale.

Specialmente durante il periodo adolescenziale, tra le influenze ambientali che modellano la regolazione delle emozioni, si aggiunge la relazione con i coetanei. Quest'ultima, a seconda dei comportamenti assunti da chi ne fa parte, può avere un ruolo positivo o negativo nel sostenere strategie adattive di regolazione emotiva. Una ventina di studi presentati nell'articolo di Herd e Kim-Spoon (2021), hanno messo in evidenza la significativa relazione tra le esperienze sfavorevoli tra i pari e la disregolazione emotiva. Tra queste ricerche, una in particolare, condotta da Huang et al. (2018), ha dimostrato come il bullismo, quale forma di vittimizzazione tra pari, sia strettamente connessa, nel lungo periodo, all'utilizzo della strategia di disregolazione emotiva. Allo stesso modo ulteriori studi, che hanno analizzato invece il rifiuto e l'esclusione da parte dei coetanei, hanno avvalorato la medesima relazione, riscontrando quindi la messa in atto di strategie disadattive di regolazione emotiva, tra cui la ruminazione e il senso di colpa connesso, in contrasto alla solitudine (Vanhalst et al., 2018).

Un ulteriore fattore di predizione dell'efficacia della regolazione emotiva è rappresentato dalle influenze interne all'individuo, costituite dagli aspetti genetici, dalla reattività neuroregolatoria del sistema nervoso, dal temperamento, dalle capacità cognitive, dallo stile di attaccamento sviluppato all'interno del contesto familiare e i relativi modelli operativi interni (Noroña et al., 2018). Qualora lo stile di attaccamento sia insicuro o disorganizzato, vi sia la presenza di deficit cognitivi o uno stile

temperamentale difficile, si potrebbero manifestare maggiori difficoltà nella scelta di strategie regolatorie adattive. Lo studio della disregolazione emotiva si basa sull'interazione tra questi due fattori, interni ed esterni, il modo in cui si modifica nel tempo e l'influenza che ha sugli obiettivi di benessere nel breve e lungo periodo dell'individuo.

La disregolazione emotiva può, inoltre, essere spiegata attraverso l'analisi delle emozioni vissute e la percezione di controllo che si ha su di esse. La quantità di emozioni negative sperimentate, unita alla modalità di modificazione delle emozioni nel tempo, sono indicative del livello di disregolazione emotiva (Cole et al., 2004). In riferimento all'evoluzione dell'emozione, alcuni studiosi hanno evidenziato due cambiamenti indicativi di disregolazione emotiva. Il primo tra questi è rappresentato dalla persistenza di emozioni negative per un periodo di tempo esteso, come per esempio l'anedonia nel disturbo depressivo; il secondo si manifesta invece attraverso nuove emozioni intense, brusche e inaspettate, come è possibile osservare in diversi disturbi mentali, tra cui il disturbo borderline di personalità (Cole et al., 2019). Relativamente alla sensazione di controllo sulle emozioni, Moumne et al. (2024) hanno approfondito l'argomento discutendone in maniera dettagliata. Attraverso la loro ricerca, le autrici hanno potuto confermare le loro ipotesi iniziali, rilevando l'esistenza di una correlazione positiva tra le credenze di elevata controllabilità delle emozioni e basse difficoltà di regolazione emotiva. Questa associazione si è dimostrata connessa anche ad elevato benessere. I risultati dello studio hanno anche permesso di supportare l'ipotesi contraria, secondo cui le credenze relative ad uno scarso controllo delle emozioni sarebbero considerate dei predittori del rischio di sviluppo di strategie di regolazione disfunzionali. Le convinzioni di limitata capacità di controllo emotivo sarebbero quindi associate a maggiori difficoltà di comprensione delle emozioni, all'accesso a strategie disadattive, ad uno scarso

controllo degli impulsi e ad un impedimento nel raggiungimento degli obiettivi preposti. L'associazione emersa tra le convinzioni di controllabilità delle emozioni e il diverso utilizzo di strategie di regolazione delle emozioni è stata sostenuta anche da alcune ricerche sperimentali, tra queste risalta quella di Kneeland et al. (2016). In questo studio, attraverso la manipolazione della variabile relativa alla credenza sulla controllabilità delle emozioni, è stato messo in risalto come la percezione di minore malleabilità e controllo sulle emozioni, sia associata ad un maggiore disinteresse nella regolazione emotiva e, di conseguenza, all'attuazione di strategie disadattive.

1.3.3. L'impatto della disregolazione emotiva sul benessere psicologico

La disregolazione è caratterizzata da reazioni emotive inadeguate al contesto circostante in termini di intensità e durata, ed avente un'influenza negativa sul funzionamento adattivo dell'individuo (Hoffman et al., 2006). Queste espressioni emotive eccessive e inappropriate possono essere correlate a problematiche internalizzanti o esternalizzanti, oppure a disturbi in comorbidità, tra cui il disturbo depressivo maggiore, i disturbi affettivi unipolari o bipolari, i disturbi d'ansia, i disturbi alimentari, il disturbo post traumatico da stress o i disturbi di personalità, come per esempio il disturbo borderline (Paulus et al., 2021; Aldao et al., 2010). La disregolazione emotiva si osserva quindi in quasi tutte le forme di psicopatologia in cui, le emozioni negative sono vissute troppo intensamente o troppo prolungate nel tempo per essere adattive (Beauchaine et al., 2007).

Per quanto concerne le problematiche internalizzanti, esse si contraddistinguono per la presenza di ansia disregolata, panico e disforia, osservate per esempio nel disturbo d'ansia generalizzato, nel disturbo di panico o nel disturbo da stress post-traumatico; mentre le problematiche esternalizzanti, individuate nel disturbo della condotta, nel disturbo oppositivo provocatorio, nella dipendenza da uso di sostanze o nel disturbo da deficit di attenzione e iperattività, sono caratterizzate da rabbia incontrollata, irritabilità

ed ipereccitazione. L'ansia e l'impulsività sono dei tratti ereditabili, ma le azioni che un individuo compie, e le strategie di regolazione scelte, derivano dall'interazione tra la predisposizione neurobiologica e i fattori di rischio ambientali (Beauchaine, 2015). Alcuni studi mettono in evidenza la possibilità che la sintomatologia internalizzante e quella esternalizzante possano fungere da rinforzo per la disregolazione emotiva, e per la relazione tra quest'ultima e le conseguenti problematiche psicopatologiche (Clapham & Brausch, 2024).

Diverse ricerche svolte con partecipanti adolescenti, hanno dimostrato che in questa fascia di età si verificherebbe un incremento parallelo dei sintomi internalizzanti e dei processi di disregolazione emotiva. Nello specifico, nella revisione meta-analitica condotta da Schäfer et al. (2017), è stato dimostrato che le strategie disadattive di regolazione delle emozioni, quali l'evitamento, la ruminazione e la soppressione, erano correlate in modo significativo e positivo alla sintomatologia depressiva e ansiosa (sintomi internalizzanti). I risultati ottenuti da questo studio sono stati equiparati a quelli del lavoro di Aldao et al. (2010). Entrambe le metanalisi hanno infatti evidenziato un'associazione negativa tra la sintomatologia internalizzante, depressiva e ansiosa, e le strategie di regolazione emotiva adattive mentre è risultata positiva l'associazione con le strategie disfunzionali.

Gli adolescenti possono reagire alla disregolazione emotiva con lo sviluppo di sintomi internalizzanti, piuttosto che con la sintomatologia esternalizzante. In particolare, gli adolescenti che sperimentano una mancanza di consapevolezza e chiarezza delle emozioni e uno scarso controllo degli impulsi sarebbero maggiormente propensi a sviluppare sintomi esternalizzanti caratterizzati da tre problematiche comportamentali principali, ovvero l'aggressività, la delinquenza e l'iperattività (Liu, 2004). Lo studio di Compas et al. (2017), ha osservato che esiste una relazione tra le difficoltà di regolazione

emotiva e la sintomatologia esternalizzante; in cui all'aumentare delle problematiche di regolazione, tra cui il disimpegno e le difficoltà nella risoluzione dei problemi, si verificherebbe un altrettanta crescita dei sintomi esternalizzanti.

Appare quindi evidente come la sintomatologia nella sua totalità, sia strettamente connessa ad una scarsa regolazione delle emozioni. Rydell et al. (2007), hanno evidenziato nel loro studio come un'efficace gestione di quasi tutte le emozioni, sia correlata ad un comportamento prosociale. Al contrario, una regolazione inadeguata della rabbia e dell'esuberanza sarebbe associata a problematiche esternalizzanti, mentre una bassa regolazione della paura sarebbe connessa all'ansia sociale e a problematiche internalizzanti.

Capitolo 2: Lo sviluppo emotivo dell'adolescente in relazione alla cultura di provenienza

2.1 Cultura, emozioni e sintomatologia

Nel corso degli anni, sono state presentate diverse teorie a supporto della comprensione delle emozioni. A partire da teorie a sostegno della natura innata e universale delle emozioni (Darwin, 1872; Ekman & Friesen, 1971; Plutchik, 1980) si è arrivati a riconoscere il ruolo dell'esperienza personale (Barrett, 2017) e culturale nella loro formazione. Il carattere di universalità delle emozioni non è stato abbandonato dagli autori successivi ma integrato all'idea dell'esistenza di una forma di apprendimento delle emozioni connessa al contesto culturale e sociale d'appartenenza (Whissell, 2023). Gli studiosi concordano quindi sull'idea che esistano somiglianze ma anche differenze culturali nelle esperienze emotive degli individui e si impegnano nella loro individuazione all'interno dei diversi contesti culturali (Tsai, in Brewer 2019).

2.1.1 L'influenza della cultura d'origine sullo sviluppo emotivo dell'individuo

La cultura è caratterizzata da un sistema condiviso di credenze, norme, ideali e valori che modellano i nostri pensieri, la percezione che abbiamo di noi stessi e dell'ambiente che ci circonda (Mauro et al. 1992; Scherer 1997, citati da Kwon et al., 2013). Manifestandosi attraverso pratiche e tradizioni, gli elementi che compongono la cultura regolano le funzioni psicologiche intrapersonali dell'individuo e di interazione con gli altri (Rogoff, 2003; Super & Harkness, 2002). Rogoff (2003) nel suo libro cerca di fornire un contributo alla comprensione dei modelli culturali implicati nello sviluppo umano, mettendo in evidenza le similarità e le differenze nelle diverse pratiche culturali comunitarie. L'autrice descrive quindi lo sviluppo umano come un "processo culturale" (Rogoff, 2002, p.3) che può essere compreso solo facendo attenzione alle pratiche culturali di una specifica comunità, e definisce gli individui sulla base della loro "partecipazione culturale" (Rogoff, 2002, p.3). La partecipazione degli individui alla propria cultura di appartenenza

sarebbe associata, secondo vari autori, alla capacità di dare forma a processi psicologici principali tra cui quelli cognitivi, motivazionali e comportamentali (Fiske et al., 1998), oltretutto a processi di valutazione e regolazione delle emozioni (Gross & John, 2003, citati da Kim & Sasaki, 2012; Kwon et al., 2013). Il contesto culturale di vita delle persone si è inoltre rivelato un fattore significativo nella sperimentazione di medesime esperienze emotive in termini di intensità e frequenza (De Leersnyder et al., 2011). La frequenza con cui una persona sperimenta specifiche emozioni, come per esempio emozioni socialmente coinvolgenti, tra cui felicità e senso di colpa, osservate ad alta frequenza all'interno del contesto giapponese, sembrerebbe quindi essere connessa alle pratiche prevalenti nel contesto culturale di appartenenza (Kitayama et al., 2006); differenze culturali sono evidenziabili non solo nell'esperienza emotiva ma anche nel comportamento espressivo e relazionale (Mesquita & Leu, 2007).

Gli studi condotti in campo di ricerca hanno supportato il ruolo della cultura nel plasmare lo sviluppo emotivo dell'individuo (Yang & Wang, 2019), mostrando in particolare differenze significative tra le varie culture in diversi aspetti del processo emotivo. Innanzitutto, sono state riscontrate delle diversità culturali nell'interpretazione e nell'espressione delle emozioni (Yuki et al., 2007). Sebbene quest'ultime siano generalmente considerate due processi distinti, sono state utilizzate in un unico studio partendo dall'ipotesi secondo cui differenze culturali nel riconoscimento delle emozioni deriverebbero da diverse modalità di espressione emotiva presenti nelle varie culture. Nello studio di Yuki et al. (2007) è stato quindi osservato e dimostrato come gruppi di individui appartenenti a due culture divergenti, quella americana e quella giapponese, abbiano la tendenza a porre attenzione ad aspetti del viso differenti mentre cercano di interpretare un'emozione. I giapponesi, provenienti da una cultura orientale fondata sul valore dell'interdipendenza, in cui si ritiene che vi sia una maggiore volontà di controllo

delle espressioni emotive e una relativa repressione dei propri sentimenti a fini relazionali (Markus & Kitayama, 1991), hanno dato un valore interpretativo maggiore agli occhi durante la valutazione dell'emozione osservata poiché essi necessitano di uno sforzo superiore per essere efficacemente controllati. Al contrario, gli americani, appartenenti ad una cultura occidentale, maggiormente individualista in cui si esalta il valore dell'indipendenza e si manifestano espressioni emotive aperte (Markus & Kitayama, 1991), si sono maggiormente concentrati sui segnali della bocca nel giudicare l'emozione osservata. I risultati sono apparsi a conferma delle ipotesi sviluppate in precedenza in quanto le modalità di interpretazione delle emozioni adottate dai due gruppi culturali, si sono dimostrate coerenti con le parti del volto utilizzate dalle rispettive culture per esprimere le proprie emozioni. Lo studio è a supporto del pensiero secondo cui individui appartenenti a medesime culture sono facilitati nella lettura delle emozioni altrui poiché condividono gli stessi segnali facciali utilizzati nell'espressione emotiva; maggiore è la familiarità con una determinata cultura e la sua ideologia, altrettanto elevata sarà la capacità di valutare i diversi stati emotivi degli individui che vi appartengono (Elfenbein & Ambady, 2002).

L'ideologia di una specifica cultura fornisce quindi delle indicazioni sulle modalità di interazione sociale, influenzando anche le strategie di regolazione delle emozioni. Le culture orientali sono fortemente orientate alle relazioni interpersonali e al mantenimento della conformità e obbedienza all'interno del gruppo di individui (Markus & Kitayama, 1991). Un esempio può essere la cultura africana i cui valori culturali rimandano ad un modello collettivistico caratterizzato da un'attenzione particolare alla cura delle relazioni tra i membri della comunità. Idang (2015) ha esaminato la cultura africana, parlando di alcuni aspetti culturali caratteristici quali riti e feste principalmente a tema religioso, e riconoscendo l'importanza dell'unità tra gli individui, legati dal

rispetto verso l'altro. La cultura africana si fonda sull'idea di comunità come famiglia, allontanandosi dall'individualismo tipico dei contesti occidentali. Da questo punto di vista, gli orientali sono maggiormente propensi ad utilizzare strategie regolatorie di soppressione delle emozioni (Matsumoto et al., 2008) per ridurre al minimo le espressioni emotive che potrebbero avere conseguenze negative sulle relazioni e costituire una minaccia all'armonia della comunità (Matsumoto, 2006; Butler et al., 2009; Kim & Sherman, 2007). Il modello culturale dell'interdipendenza, adottato dai contesti orientali, tra cui africani, asiatici, sudamericani (Triandis, 1995), faciliterebbe quindi l'adattamento alle altre persone e la regolazione delle emozioni interpersonali (Trommsdorf & Heikamp, 2013). Al contrario, culture occidentali, tra cui i paesi nordamericani ed europei (Lim, 2016), focalizzate sui valori dell'indipendenza e dell'autonomia individuale, tenderanno a mostrare espressioni emotive dirette e a utilizzare in misura minore la soppressione delle emozioni come strategia regolatoria (Markus & Kitayama, 1991; Matsumoto, 2006). In queste culture viene quindi incoraggiata l'espressione di tutte le emozioni, anche quelle negative, poiché si ritiene che sopprimendole si possa andare incontro a problematiche nello sviluppo della competenza emotiva (Trommsdorf et al., 2012).

La rivalutazione cognitiva è un'altra strategia di regolazione delle emozioni, focalizzata sull'antecedente, anch'essa condizionata da credenze, valori e rappresentazioni dei rispettivi gruppi culturali. La cultura, portatrice di una propria ideologia e visione del mondo, modella il nostro modo di vedere le emozioni, portando a differenze significative nella loro regolazione quotidiana e in particolare nell'uso della rivalutazione cognitiva (Qu & Telzer, 2017). La rivalutazione cognitiva implica quindi la possibilità degli individui di fare riferimento alle indicazioni definite dalla loro ideologia culturale per la valutazione delle situazioni che suscitano emozioni (Matsumoto, 2006).

Un esempio è osservabile nel lavoro di Scherer (1997) in cui, sulla base del diverso background culturale, africano e dell'America latina, si è evidenziata una differenza tra gli individui nel valutare gli eventi emotivi come più o meno immorali e influenzati da fattori esterni. Diversi studi hanno inoltre osservato come gruppi di individui cinesi, la cui cultura collettivistica sostiene una teoria incrementale basata sulla credenza del carattere malleabile delle emozioni (Tamir et al., 2007), facciano un uso maggiore della rivalutazione cognitiva. Contrariamente, partecipanti americani, sostenitori della convinzione secondo cui le emozioni siano entità fisse (Tamir et al., 2007), tendono a credere in misura minore nella loro controllabilità (Qu & Telzer, 2017). La teoria dell'entità e la teoria incrementale, teorie implicite inizialmente relative all'intelligenza (Dweck & Leggett, 1988; Dweck, 1999; citati in Qu & Telzer, 2017), sono state successivamente estese allo studio delle emozioni (Tamir et al., 2007) e associate a due gruppi culturali diversi. Tamir et al. (2007) nel loro studio hanno osservato come gruppi di individui orientali presentino convinzioni incrementali per cui le emozioni sono concepite come flessibili e controllabili, mentre le culture occidentali si mostrerebbero maggiormente a sostegno di convinzioni di entità in cui l'emozione è interpretata come fissa e immutabile. Le persone supportanti la teoria di entità delle emozioni, a discapito di quella incrementale, mostrano minori livelli di autoefficacia nella regolazione emotiva e un minore utilizzo della strategia di rivalutazione cognitiva, oltreché esperienze emotive sfavorevoli e un minore adattamento sociale (Tamir et al., 2007). La rivalutazione cognitiva, si è dimostrata in generale una strategia positivamente correlata con la sperimentazione di emozioni positive, con un miglior funzionamento interpersonale e un migliore benessere generale dell'individuo (Gross & John, 2003).

De Castella (2013), partendo dalla letteratura precedente sulla teoria dell'entità e la teoria incrementale delle emozioni, si è proposto di estendere il lavoro svolto da Tamir

et al. (2007) conducendo uno studio a conferma dell'esistenza di differenze individuali e culturali nelle credenze implicite sulle emozioni, ponendo l'accento sul diverso uso di strategie regolatorie associate e le ripercussioni sul benessere psicologico dell'individuo. L'autore, esaminando un campione culturale diversificato, tra cui partecipanti europei, africani, messicani, asiatici, ispanici, americani, ha osservato come culture orientali e occidentali differiscono nelle convinzioni di malleabilità e controllabilità delle emozioni, avvalorando i risultati ottenuti in precedenza da Tamir et al. (2007). De Castella (2013) ha inoltre esaminato l'impatto delle convinzioni sul benessere dell'individuo, verificando che più le credenze sulle emozioni sono stabili e imm modificabili, minore è la probabilità di utilizzo della strategia regolatoria delle emozioni di rivalutazione cognitiva. Le convinzioni di entità, unite al minore utilizzo della rivalutazione cognitiva, sono apparse associate anche ad una minore autostima e benessere generale, e ad un aumento del disagio psicologico, tra cui stress e depressione. Questa relazione tra le convinzioni di incontrollabilità delle emozioni, una minore propensione all' utilizzo della rivalutazione cognitiva e livelli più elevati di sintomi depressivi è stata riscontrata anche in un altro studio condotto con adolescenti appartenenti a diversi contesti culturali, in particolare nei partecipanti di genere femminile (Ford et al., 2018). I risultati dello studio di De Castella (2013) propongono quindi che le convinzioni implicite sulle emozioni inducono l'individuo all'utilizzo di strategie di regolazione emotiva più o meno adattive, e hanno conseguenze diverse sul suo benessere psicologico. Convinzioni di entità sulle emozioni predisporrebbero l'individuo alla probabilità di sviluppo di maggiori difficoltà di regolazione delle emozioni (De Castella, 2013).

Per quanto concerne le credenze relative alla controllabilità delle emozioni, anche Somerville et al. (2024) hanno svolto uno studio a conferma dell'ipotesi secondo cui queste convinzioni negli adolescenti influenzerebbero il grado e il modo di regolare le

emozioni. Lo studio svolto dagli autori, con partecipanti provenienti da diversi paesi, tra cui la Nigeria, ha indagato l'esistenza della relazione tra la credenza di controllabilità emotiva e lo sviluppo di sintomatologia ansiosa e depressiva, attraverso l'attuazione di strategie regolatorie delle emozioni. I risultati evidenziano che gli adolescenti che credono maggiormente nella controllabilità delle emozioni, associate anche ad un uso adattivo di strategie di regolazione emotiva, mostrerebbero una minore probabilità di sviluppare sintomatologia internalizzante come la depressione. Gli autori sostengono che le credenze relative alla controllabilità delle emozioni sono predittive della salute mentale dei giovani (Somerville et al., 2024).

I valori, le credenze e i modelli specifici di un determinata cultura relativi a sé stessi e al rapporto con gli altri, permettono quindi di raggiungere una maggiore comprensione dei processi psicologici dell'individuo. Tali modelli culturali ricoprono inoltre un ruolo fondamentale nella spiegazione delle modificazioni nei processi di socializzazione emotiva del caregiver e nella relazione tra quest'ultimi e il funzionamento socio-emotivo del bambino all'interno di diversi gruppi culturali (Raval & Walker, 2019).

2.1.2 Differenze culturali nei comportamenti di socializzazione emotiva

La cultura, con il suo sistema ideologico, viene trasmessa da una generazione all'altra attraverso l'interazione con le persone di riferimento nell'età di sviluppo dell'individuo. In particolare, la cultura, associata alle caratteristiche individuali del bambino, a quelle genitoriali, e a quelle situazionali, assume un ruolo particolarmente influente nei comportamenti di socializzazione delle emozioni (Cole & Tan, 2007; Raval & Walker, 2019).

Per comprendere il ruolo assunto dalla cultura nel plasmare la socializzazione emotiva dell'individuo, risulta importante tenere in considerazione le credenze e i modelli culturali sottostanti i diversi gruppi culturali. La maggior parte delle ricerche svolte

sull'argomento, hanno indagato le differenze esistenti tra i gruppi culturali occidentali ed orientali. Per quanto concerne le culture occidentali, tra cui quella europea e americana, gli studi esaltanti i concetti di indipendenza e autonomia dell'individuo, si sono posti in rilievo (Markus & Kitayama, 1991). L'individuo, nella cultura occidentale, agisce secondo un modello individualista, motivato da desideri e obiettivi personali piuttosto che di gruppo (Triandis, 1995) ed è maggiormente predisposto a sperimentare emozioni socialmente disimpegnate a sostegno della propria individualità, come la realizzazione personale (Kitayama et al., 2006).

Relativamente ai gruppi asiatici, mediorientali, africani e sudamericani, viene invece supportato un modello collettivista, in cui gli individui sono socialmente interconnessi e motivati da norme, doveri e obiettivi del gruppo culturale di provenienza (Triandis, 1995). Queste persone agiscono secondo un modello di interdipendenza in cui si valorizza l'unione all'interno del gruppo (Markus & Kitayama, 1991). In questo contesto culturale, l'individuo è spinto alla costruzione di un senso sé in relazione agli altri, e così anche le sue emozioni svolgono l'importante funzione di favorire le relazioni interpersonali e sono modulate ai fini di mantenimento dell'armonia sociale (Markus & Kitayama, 1991; Kitayama et al., 2006).

Sulla base di questi due modelli culturali di riferimento, Friedlmeier et al. (2011), hanno svolto uno studio rilevante nella comprensione delle differenze nelle strategie di socializzazione delle emozioni e di sviluppo della competenza emotiva. Innanzitutto, gli autori hanno differenziato quest'ultima in competenza emotiva individualistica e relazionale, in riferimento al modello culturale di provenienza. All'interno di culture occidentali, in cui vige un modello culturale centrato sul singolo individuo, i caregivers promuovono lo sviluppo di una competenza emotiva individualistica nei figli, incentrata sui valori dell'affermazione e dell'espressività personale, supportati da una

comunicazione libera delle emozioni. In altre culture, distanti da quella occidentale, tra cui quelle asiatiche, mediorientali, africane e sudamericane, in cui governa un modello culturale fondato sull'entità collettiva, i caregivers sono maggiormente propensi a incoraggiare una competenza emotiva relazionale che comprende l'attenzione al mantenimento dell'equilibrio sociale attraverso il controllo espressivo delle emozioni che porrebbero nuocere al benessere comunitario, una maggiore sensibilità verso le dinamiche interpersonali e la capacità di esprimere emozioni socialmente coinvolgenti (Raval & Walker, 2019).

Un altro contributo rilevante alla comprensione dei comportamenti di socializzazione emotiva dei genitori riguarda le loro credenze sulle emozioni. Le convinzioni che i caregivers hanno sul ruolo che ricoprono le emozioni e le modalità adattive di risposta ad esse, svolgono infatti una funzione di intermediari nell'educazione emotiva dei propri figli. Diversi studi hanno evidenziato la stretta correlazione tra le convinzioni dei genitori sulle emozioni, i loro comportamenti di socializzazione emotiva e le conseguenze sul funzionamento emotivo del bambino, osservando somiglianze e differenze tra i diversi contesti culturali. In alcuni studi, svolti con partecipanti americani, è stato osservato come la credenza dei genitori circa la pericolosità delle emozioni fosse correlata all'evitamento delle emozioni stesse (Halberstadt et al., 2008, citato da Raval & Walker, 2019); mentre in un altro studio, con partecipanti afroamericani ed europei-americani, si è osservata una correlazione positiva con l'intensità e il mascheramento dell'espressione emotiva (Dunsmore et al., 2009). La convinzione invece dei genitori relativamente all'unicità e all'importanza delle emozioni apparirebbe correlata con l'utilizzo da parte del bambino di strategie di coping e di risoluzione dei problemi adattivi (Halberstadt et al., 2008, citato da Raval & Walker, 2019).

In gruppi etnici statunitensi, sono state inoltre riscontrate delle differenze per quanto riguarda le credenze sul valore e sulla natura relazionale delle emozioni. In particolare, genitori afroamericani si sono mostrati a favore di un comportamento emotivo liberatorio, incoraggiando i figli all'espressione aperta di tutte le emozioni; al contrario, genitori europei e indiani americani hanno supportato il pensiero di una maggiore necessità di attenzione al controllo emotivo (Parker et al., 2012, citato da Raval & Walker, 2019). In un altro studio, relativo ad una cultura orientale, basata sul valore dell'interdipendenza, madri cinesi supportavano l'esperienza di esposizione a una varietà diversa di emozioni (Chan, 2012, citato da Raval & Walker, 2019). Questi risultati appaiono parzialmente in contrasto con le evidenze sopra menzionate ma segnalano l'importanza di considerare la possibilità di coesistenza di elementi collettivistici e individualistici all'interno di molte culture (Triandis, 1994, citato da Schwarz et al., 2012).

Eisenberg et al. (1998) nel loro modello euristico di socializzazione emotiva, discutono l'influenza della cultura, in particolare norme e valori legati al concetto di emozioni, nella comprensione della relazione tra i comportamenti genitoriali di socializzazione emotiva e le loro implicazioni per il funzionamento del bambino. Raval & Walker (2019) hanno poi esteso il modello di Eisenberg et al., proponendo due fattori culturali che possono spiegare la relazione sopra riportata. Un primo fattore concerne l'esposizione del caregiver e del bambino a visioni del mondo diverse in base all'appartenenza culturale e alla partecipazione comunitaria. Il secondo fattore riguarda invece la valutazione, basata su norme culturali specifiche, del bambino circa i comportamenti del caregiver. Gli autori propongono di attribuire quindi a questi due fattori il ruolo di moderatori nella relazione tra comportamenti di socializzazione emotiva dei caregiver e funzionamento emotivo del figlio, riconoscendo comunque anche

l'importante contributo della qualità relazionale all'interno del contesto familiare nel funzionamento adattivo generale del bambino.

2.1.3 Stile genitoriale e adattamento del figlio nei diversi contesti culturali

Sebbene esistano delle differenze significative nei vari paesi relativamente ai modelli di individualismo e di collettivismo assunti, studi recenti hanno messo in evidenza la possibilità di coesistenza di questi due costrutti psicologici nei diversi gruppi culturali e nei singoli individui, variando nel tempo e nei contesti di riferimento (Lansford et al., 2021). Un esempio può essere il Giappone, la cui cultura originariamente collettivista, incentrata sul valore dell'unione comunitaria, col passare degli anni e i cambiamenti socioeconomici associati, ha abbracciato anche aspetti relativi al modello individualista (Ogihara, 2017, citato da Lansford et al., 2021). L'individualismo e il collettivismo sono infatti descritti nel modello di Hofstede (2011) come due dimensioni disposte lungo un continuum, che va dall'individualistico al collettivistico, ed entro cui ogni paese occupa una propria posizione.

L'individualismo e il collettivismo sono descritti in diversi lavori di ricerca come dei fattori che condizionano lo stile di caregiving genitoriale, trasmettendo valori diversi, legati all'affetto, all'amore, all'indipendenza, all'autostima, alle regole e alle motivazioni personali a seconda del modello culturale di riferimento (Wang & Tamis-LeMonda, 2003, citati da Gorla et al., 2024). All'interno di contesti familiari in cui si predilige un modello culturale individualista, i genitori sarebbero meno propensi ad adottare comportamenti controllanti e autoritari nei confronti del proprio figlio, tipicamente invece associati al collettivismo (Rudy & Grusec, 2006). Tuttavia, lo studio di Rudy & Grusec (2006) ha messo in evidenza come lo stile autoritario e controllante di per sé non sia connesso a problematiche di autostima nel giovane ma, se associato ad un affetto negativo materno, più tipicamente evidente nei modelli individualisti, allora potrebbe essere considerato un

fattore di rischio. Uno stile genitoriale eccessivamente controllante è stato invece associato a comportamenti aggressivi e di violazione delle regole da parte dei figli, in quasi tutte le nove culture oggetto di studio nel lavoro di Rothenberg et al. (2020), tra cui quella europea, italiana, africana, sudamericana. Sempre Rothenberg et al. (2020) hanno evidenziato come culture in cui si evidenziavano alti punteggi di indifferenza emotiva da parte dei genitori, i figli tendevano a sperimentare in misura maggiore problemi di internalizzazione.

In generale, gli studi sull'età di sviluppo hanno messo in evidenza la stretta relazione tra i comportamenti genitoriali e l'adattamento del bambino, sottolineando come un minore calore genitoriale unito a uno stile comportamentale controllante e autoritario siano predittivi dello sviluppo di comportamenti esternalizzati e internalizzanti, spesso associati a processi disfunzionali di regolazione emotiva (Compas et al, 2017; Brenning et al, 2022); ma al tempo stesso questi comportamenti del giovane potrebbero predire uno stile genitoriale meno caloroso e più controllante (Pinquart, 2017a, 2017b). Lo studio longitudinale di Lansford et al. (2018) ha indagato queste due relazioni tra i genitori e il figlio in diversi periodi del suo sviluppo, in dodici gruppi culturali appartenenti a nove paesi, tra cui Cina, Colombia, Italia, Giordania, Kenya, Filippine, Svezia, Thailandia e Stati Uniti. È stato osservato come, nei diversi paesi, nella fascia di età compresa tra gli 8 e i 13 anni, un comportamento altamente esternalizzante o internalizzante del bambino condurrebbe ad una successiva genitorialità caratterizzata da minore calore e maggiore controllo. Prove a conferma dell'effetto opposto del comportamento genitoriale sulla sintomatologia del figlio, sono state riscontrate maggiormente nel passaggio dalla tarda infanzia alla prima adolescenza. Nonostante vi siano maggiori evidenze a favore dell'influenza della sintomatologia del figlio sullo stile comportamentale genitoriale, è stato comunque osservato che un maggiore calore, affetto

e un controllo adeguato da parte dei genitori assumerebbero il ruolo di fattori protettivi nello sviluppo di minori sintomi internalizzanti o esternalizzanti nel figlio. I risultati riportati si sono dimostrati comuni tra i diversi paesi oggetto di studio evidenziando come queste associazioni mostrino similarità tra molte culture (Lansford et al., 2018; Rothenberg et al., 2020). Ulteriori studi hanno supportato queste relazioni e l'idea che siano "culturalmente comuni" in diversi paesi (Rothenberg et al., 2020, p.1115), tuttavia, sono emerse delle eccezioni. Per quanto concerne i sintomi esternalizzanti non sono state osservate queste relazioni nell'Europa orientale e nell'Africa subsahariana; allo stesso modo non sono emersi i medesimi risultati per l'Africa subsahariana e il Sud-est asiatico relativamente ai sintomi internalizzanti (Pinquart & Kauser, 2018, citati da Rothenberg et al., 2020).

Nel passaggio verso l'adolescenza la relazione che si instaura con i coetanei, diventa maggiormente significativa nel predire il comportamento del giovane (ad esempio Albert et al., 2013); nonostante ciò, lo stile comportamentale assunto dai genitori, nei diversi contesti culturali, continua ad avere un'influenza, anche se in misura minore, nel modellamento della sintomatologia del giovane.

2.2. Il contesto italiano

L'Italia, al momento attuale, è considerato un paese caratterizzato da una cultura primariamente individualista; nonostante ciò, diversi studi hanno messo in risalto la presenza nel contesto culturale italiano anche di elementi connessi al modello collettivistico (Bacchini et al., 2021). Tra questi fattori, emerge chiaramente lo stretto legame di calore e vicinanza emotiva tra i membri all'interno della famiglia (Claes et al., 2003) che si è inoltre rivelato importante nel promuovere una minore sintomatologia internalizzante ed esternalizzante (Di Maggio & Zappulla, 2014) e nello sviluppare una maggiore capacità di regolazione emotiva nei giovani (Tani et al., 2018). Dei fattori

protettivi contro lo sviluppo sintomatologico sono anche le credenze sulle emozioni; in particolare la convinzione relativa alla capacità di controllo delle emozioni negative si sarebbe rivelata predittiva della scelta di strategie di regolazione delle emozioni adattive (Di Giunta et al., 2017).

2.2.1 Il modello culturale di riferimento

A partire dalla metà del 1900, diversi autori hanno esplorato la natura dei problemi sociali, cercando di descrivere e classificare le varie culture. Un modello che negli anni è diventato di riferimento per l'analisi delle differenze culturali è quello di Hofstede. L'autore, nel suo primo saggio intitolato "*Culture's Consequences: International Differences in Work-Related Values*" (1980) ha inizialmente proposto quattro dimensioni, individualismo, distanza di potere, evitamento dell'incertezza e mascolinità, per la comprensione delle differenze tra quaranta culture nazionali. Nei suoi lavori successivi, Hofstede ha aggiornato il suo saggio, aumentando a cinquanta il numero di culture esaminate e introducendo una nuova dimensione, quella dell'orientamento a lungo termine rispetto a breve termine (Hofstede, 2001). Con il passare degli anni, l'autore ha ampliato i suoi studi arrivando alla descrizione, nell'analisi delle diversità tra settantasei paesi, di sei dimensioni delle culture nazionali: distanza di potere, evitamento dell'incertezza, mascolinità/femminilità, orientamento a lungo termine e a breve termine, indulgenza/moderazione e individualismo/collettivismo (Hofstede et al., 2010). Quest'ultima dimensione è relativa al grado in cui le persone in una società sono integrate nei gruppi. Nel modello individualista, prevalentemente riconosciuto nei paesi occidentali e sviluppati, le persone si impegnano nella tutela di sé stessi e della propria famiglia, l'attenzione è posta sull' "io", sui propri diritti e la propria indipendenza; nel modello collettivista, che sembrerebbe imporsi maggiormente nei paesi meno sviluppati e nelle culture orientali, risalta invece la presenza di gruppi coesi, resistenti e famiglie numerose

in cui vige il valore della lealtà e protezione reciproca. Nel collettivismo l'interesse è rivolto al "noi", difeso e supportato in opposizione a chi fa parte di gruppi esterni (Hofstede, 2011).

L'Italia è stata riconosciuta, attraverso l'utilizzo della scala di Hofstede, come un paese individualista, con un punteggio di 76, superiore ad altri paesi europei come la Germania e la Svezia ed inferiore ad altri paesi al di fuori dell'Unione europea quali l'Australia e gli Stati Uniti (Hofstede 2023, citata da Bacchini et al., 2024). Tuttavia, bisogna ricordare che studi recenti evidenziano una variabilità interindividuale e intraindividuale all'interno dei paesi riguardo alla possibilità di coesistenza tra modelli culturali individuali e collettivisti (Lansford et al., 2021). Germani et al., (2020), in un'analisi individuale svolta su un campione di partecipanti italiani, la cui età era compresa tra i 14 e i 26 anni, e basata sulla descrizione dei costrutti di individualismo e collettivismo di Triandis (1995), hanno osservato che gli adolescenti, in particolare i maschi, in misura maggiore rispetto agli adulti e alle femmine, presentavano livelli più alti di individualismo verticale, con cui si identifica l'attitudine alla competizione per ottenere status e differenziazione individuale (Triandis & Gelfand, 1998). Per quanto concerne il collettivismo orizzontale, inteso quale modo per mettere in risalto l'importanza dell'uguaglianza all'interno di una collettività (Singelis et al., 1995), si evidenziavano livelli maggiori tra i giovani adulti rispetto agli adolescenti.

Caprara et al. (2011) hanno, invece, evidenziato la coesistenza di questi valori all'interno del contesto culturale italiano. Gli autori hanno messo in risalto l'aderenza della cultura italiana a un modello valoriale tipico dell'Europa occidentale e individualistico, sottolineando però anche la presenza di elementi connessi al collettivismo, tra cui il forte orientamento alla famiglia connesso al modello mediterraneo. L'Italia settentrionale sembrerebbe comunque conservare maggiormente

un modello individualista rispetto alla controparte meridionale in cui, anche a causa di un maggiore svantaggio economico, sembrerebbero prevalere valori collettivistici, di lealtà e supporto reciproco (Caprara et al., 2011, Hofstede, 2023).

Risulta quindi interessante esplorare le variazioni all'interno del contesto culturale italiano relative all'assunzione di valori individualistici o collettivistici, indagando anche il legame con la genitorialità e gli effetti sull'adattamento generale del figlio (Bacchini et al., 2024).

2.2.2 Legame genitoriale e sintomatologia

Negli anni precedenti alla Seconda Guerra Mondiale e fino agli anni '50, la cultura italiana era associata al modello collettivistico. Le famiglie erano considerate "allargate", caratterizzate da numerosi componenti e profondamente radicate nella comunità. Con il trascorrere del tempo lo sviluppo economico e la modernizzazione, predominanti soprattutto in alcune parti d'Italia, tra cui quella settentrionale, hanno apportato alcuni cambiamenti nella struttura familiare, nei ruoli e negli stili genitoriali (ad esempio Sgritta, 1988, citato da Bacchini et al., 2021). Un primo cambiamento è stato riscontrato nella riduzione dell'ampiezza familiare a causa di una diminuzione del tasso di natalità; secondariamente si è osservato un cambiamento nelle modalità comportamentali dei genitori. La famiglia italiana, originariamente incentrata sulla trasmissione di valori quali l'obbedienza e il rispetto delle regole sociali ed etiche, con il passaggio alla modernità, si è maggiormente spostata sul versante affettivo, e sull'obiettivo di garanzia di benessere e protezione verso i figli (Bacchini et al., 2021). Nonostante nel territorio italiano, in misura diversa tra la parte settentrionale e quella meridionale, si sia verificato un aumento anche di elementi culturali tipici dell'individualismo, le relazioni all'interno del nucleo familiare sono rimaste in parte caratterizzate da una forte interdipendenza tra i membri.

Nell'analisi del calore genitoriale, inteso come supporto e vicinanza dei genitori ai propri figli, lo studio condotto da Claes et al. (2003) ha permesso di osservare la compresenza nel contesto familiare di relazioni affettive forti tra genitori e figlio ma, al contempo, la presenza di numerosi conflitti. Gli adolescenti italiani partecipanti allo studio avrebbero, infatti, riportato la presenza di una stretta vicinanza emotiva ai genitori associata però ad un'elevata conflittualità. Questi risultati rappresenterebbero la prova dell'esistenza di valori familistici nel contesto italiano che, attraverso il sostegno e l'affetto, favorirebbero la creazione di forti legami tra i membri della famiglia ma allo stesso tempo, condurrebbero ad aspettative di obbedienza, obblighi e doveri che aumenterebbero il conflitto (Sgritta, 1988, citato da Claes et al., 2003).

La maggior parte degli studi relativi alla qualità relazionale dei genitori con i propri figli, hanno evidenziato il ruolo protettivo del calore genitoriale contro lo sviluppo di comportamenti disfunzionali nel giovane. Di Maggio & Zappulla (2014) hanno osservato e riportato che l'accettazione e il coinvolgimento da parte dei genitori, e in particolare quella paterna, svolgerebbe un ruolo protettivo contro lo sviluppo di comportamenti esternalizzanti e internalizzanti, divenendo anche un predittore significativo di soddisfazione di vita. Questi risultati si sono rivelati maggiormente significativi soprattutto per le adolescenti femmine. Inoltre, alcuni studi hanno osservato che elevati livelli di accettazione da parte di entrambi i genitori sarebbero associati a livelli più bassi di aggressività e ansia nel passaggio dall'infanzia all'adolescenza (Miranda et al., 2012, citato da Bacchini et al., 2021) e alla manifestazione di minori comportamenti disfunzionali in adolescenza (Miranda et al., 2016). Al contrario, il rifiuto da parte di entrambi i genitori sarebbe correlato allo sviluppo di maggiore aggressività e di una sintomatologia ansiosa o depressiva in età adolescenziale (Miranda et al., 2016).

La qualità del rapporto tra genitori e figlio è un elemento degno di nota anche nell'indagine sui fattori correlati alla regolazione delle emozioni e ai problemi di adattamento dell'adolescente. Tani et al. (2018) nel loro studio condotto su 100 adulti di nazionalità italiana, hanno infatti riscontrato che la vicinanza e il supporto di entrambi i genitori sarebbero predittivi di uso maggiore e adattivo di strategie di regolazione emotiva; mentre un comportamento iperprotettivo sarebbe maggiormente associato ad alti livelli di disregolazione emotiva.

2.2.3 Credenze e regolazione delle emozioni

Le diverse culture, con la propria ideologia, condizionano l'individuo modellandone i comportamenti, le emozioni e così anche le credenze di autoefficacia riguardo la regolazione delle emozioni potrebbero subire variazioni in base alla cultura di riferimento (Caprara et al., 2008). Studi empirici hanno dimostrato, durante il periodo adolescenziale, l'esistenza di una relazione tra le convinzioni di autoefficacia sulla regolazione delle emozioni e le problematiche internalizzanti ed esternalizzanti (Bandura et al., 2003; Caprara et al., 2010). Nello specifico, Caprara et al. (2010), nel loro studio svolto con adolescenti di nazionalità italiana, hanno sottolineato l'importanza del ruolo dell'autoefficacia percepita nella regolazione emotiva come fattore protettivo contro il disadattamento dell'adolescente. Gli autori hanno osservato come l'autoefficacia nella gestione delle emozioni negative e nell'espressione delle emozioni positive, influenzi allo stesso modo la depressione e la delinquenza.

Di Giunta et al. (2017; 2018) nei loro lavori di ricerca, condotti con preadolescenti provenienti da diverse culture, tra cui quella italiana, hanno supportato la relazione esistente tra la regolazione emotiva e la sintomatologia. Innanzitutto, hanno osservato come maggiori credenze di autoefficacia sul controllo di emozioni negative, come la rabbia, mostrano una correlazione con una riduzione della sintomatologia esternalizzante.

Questo risultato si è mostrato a favore dell'ipotesi secondo cui le problematiche di esternalizzazione e interiorizzazione potrebbero essere associate alle convinzioni di autoefficacia percepita, in particolare relative alla regolazione di emozioni negative. In generale, le ricerche hanno messo in relazione la rabbia con problemi di esternalizzazione e la tristezza con problematiche internalizzanti. Gli autori mettono quindi in risalto come gli adolescenti che percepiscono una minore capacità di regolazione delle emozioni negative siano maggiormente propensi a sviluppare una sintomatologia internalizzante o esternalizzante e a condizionare ulteriormente la loro credenza sulla capacità di gestione delle emozioni in situazioni stressanti (Di Giunta et al., 2017; 2018; 2022). Le convinzioni di autoefficacia nell'affrontare le emozioni negative, come la rabbia e la tristezza, sarebbero positivamente correlate alla scelta di utilizzo di strategie funzionali di regolazione delle emozioni (Gunzenhauser et al., 2013, citato da Di Giunta et al., 2017).

La capacità di riconoscimento ed espressione delle emozioni, così come le credenze sulla loro controllabilità e gestione da parte del giovane, sono strettamente connesse a svariati fattori, tra questi, in particolare, risalta l'influenza dei processi di socializzazione dei genitori. I processi di socializzazione plasmati dalla cultura di riferimento e caratterizzati, tra gli altri elementi, dalle credenze dei genitori sulle emozioni, influiscono sullo sviluppo emotivo del figlio (Raval & Walker, 2019). Il contesto culturale risulta quindi fondamentale nella comprensione delle dinamiche di socializzazione che determinano le credenze e le pratiche comportamentali dei genitori per l'educazione del giovane. In casi di immigrazione, è importante comprendere quale sia il modello culturale a cui si fa riferimento e in che misura sia stata mantenuta viva la propria identità culturale, a discapito della nuova cultura di appartenenza (Scarzello & Arace, 2012).

2.3 Cultura di provenienza e cultura d'appartenenza

La famiglia immigrata, ovvero che si sposta verso un altro paese, si scontra con la necessità di integrazione nella nuova cultura del paese ospitante. In contemporanea, la famiglia si ritrova dinnanzi alla difficoltà di mantenere la propria identità culturale di provenienza e apprendere nuove norme e valori per cercare di creare quindi un equilibrio nell'associazione tra le due culture e una continuità nella salvaguardia delle proprie origini (Gennari & Di Nuovo, 2011).

2.3.1 Il processo di acculturazione

La famiglia immigrata, che desidera inserirsi nel nuovo paese ospitante, si trova ad affrontare un processo definito di acculturazione o risocializzazione (Poderico et al., 2003). L'acculturazione è caratterizzata da processi di cambiamento psicologico e culturale, nella lingua, nei valori, nelle norme e tradizioni, a seguito della vicinanza con una cultura e i suoi membri (Bornstein et al., 2019, citato da Bornstein et al., 2020) e rappresenta quindi un'esperienza di riorganizzazione, di alterazione della propria identità e immagine di sé (Bornstein et al., 2020).

L'immigrazione si accompagna a un processo di negoziazione contraddistinto dalla protezione degli aspetti legati alla cultura d'origine e l'adattamento a quelli connessi alla nuova cultura di appartenenza. Tenzialmente nel contesto pubblico vengono maggiormente adottati elementi della nuova cultura di destinazione, mentre nel privato familiare si cercano di conservare i valori e i modelli culturali del paese di provenienza (Bornstein et al., 2020).

Nel processo di acculturazione, la famiglia immigrata si trova quindi a dover scegliere quali comportamenti e cognizioni adottare in diverse circostanze. Per quanto concerne l'educazione dei figli, le culture presentano delle differenze nelle strategie e negli stili comportamentali, così che la cultura di destinazione potrebbe promuovere un'influenza sulla scelta delle pratiche educative da utilizzare (Bornstein, 2017). Gli stili

di parenting, determinati quindi dai valori, modelli e credenze della cultura di riferimento (Darling & Steinberg, 1993), risultano di fondamentale importanza per l'adattamento generale del figlio, tra cui lo sviluppo e il benessere psicologico (Scarzello & Arcace, 2012).

2.3.2 L'influenza della cultura ospitante nelle pratiche parentali

Scarzello & Arcace (2012) nel loro studio hanno indagato le differenze nelle pratiche parentali e nei valori educativi dei genitori italiani e immigrati, in particolare dai paesi dell'Est Europa, dell'Africa e del Sud America. Per quanto concerne le pratiche parentali, gli autori hanno osservato l'assenza di differenze significative tra i due campioni esaminati. Genitori italiani e immigrati sembrerebbero quindi condividere uno stesso stile di parenting responsivo, incentrato sulla vicinanza e il supporto emotivo che non sembra subire modificazioni nel tempo; al contrario, in relazione all'aumento dell'età del bambino in entrambi i gruppi culturali e accanto alle pratiche parentali di responsività, si osserverebbero maggiori comportamenti genitoriali punitivi e distanzianti poco efficaci dal punto di vista educativo. Questi risultati sono a conferma di quanto osservato anche in altri studi di ricerca in Italia (Senese et al., 2003) sulla condivisione di comportamenti e stili educativi tra genitori italiani e stranieri, evidenziando l'influenza del processo di acculturazione.

Questi studi hanno quindi messo in risalto come la nuova cultura di appartenenza sia maggiormente incisiva, rispetto a quella di provenienza, nella scelta delle pratiche parentali nella relazione con il figlio (Scarzello & Arcace, 2012). Gli autori hanno poi sottolineato come la scelta di adozione di stili educativi propri della cultura ospitante, sia funzionale non solo all'inserimento nel nuovo contesto culturale, ma anche all'incremento del senso di autoefficacia nei genitori stranieri.

2.3.3 La tutela dei propri valori culturali

Una delle differenze principali tra i diversi paesi concerne l'orientamento valoriale alla base. Nonostante la variabilità riscontrata in alcuni studi (Lansford et al., 2021) l'Italia sostiene principalmente un modello culturale individualistico, mentre altri paesi come l'Africa e il Sudamerica supportano maggiormente un modello incentrato sulla solidarietà e la collettività (Hofstede, 1980).

Diversamente da quanto osservato per le pratiche genitoriali, i valori educativi risultano fortemente influenzati dall'orientamento culturale di provenienza (Scarzello & Arcace, 2012). In accordo con anche altri studi italiani (D'Atena & Di Biase, 2010, citato da Scarzello & Arcace, 2012) è stato quindi messo in risalto come genitori stranieri promuovono maggiormente valori incentrati sull'obbedienza, la disciplina e il rispetto; mentre genitori italiani danno più importanza ai valori legati all'indipendenza personale e all'affermazione di sé stessi. Le famiglie immigrate, la cui cultura riflette principalmente un modello collettivista, sostengono l'importanza dei valori dell'onestà, della sincerità, e del rispetto delle regole familiari e sociali. Minore importanza viene data invece all'autoaffermazione e all'autonomia individuale, ritenuti elementi più affini alle culture individualiste (Scarzello & Arcace, 2012).

L'identità religiosa è stata ugualmente ritenuta un valore fondamentale nelle famiglie immigrate. L'appartenenza religiosa caratterizzante una determinata cultura, così come gli altri valori sopra citati, sono risultati indispensabili per far fronte al disorientamento creato dal processo di acculturazione e mantenere le proprie radici culturali. Attraverso la trasmissione dei valori culturali ai propri figli, i genitori immigrati possono così favorire una continuità delle proprie origini (D'Atena & Di Biase, 2010).

Queste evidenze permettono di tenere in considerazione il duplice atteggiamento della famiglia immigrata. Se da una parte si osserva uno sforzo di mantenimento dei valori legati alla cultura di origine, soprattutto nella sfera privata familiare, dall'altra parte si

assiste alla volontà di integrazione nel nuovo contesto culturale attraverso l'adattamento a "formule culturalmente standardizzate" (Axia et al., 2003, p. 121, citato da Scarzello & Arcace, 2012) di uno stile relazionale tra il genitore e il figlio fondato sulla condivisione emotiva, il sostegno e la vicinanza. Questo desiderio di integrazione è spinto dall'indispensabile processo di acculturazione.

2.4 Il contesto culturale di appartenenza italiano e la cultura di provenienza straniera

Le differenze, dovute all'influenza della cultura di riferimento, nella capacità di regolare efficacemente le proprie emozioni, nello sviluppo di sintomi internalizzanti o esternalizzanti, così come nella credenza di controllabilità delle emozioni negative in adolescenza, sono state esaminate e validate in numerosi studi in campo di ricerca. La maggior parte di questi lavori sono stati condotti principalmente in contesti americani o asiatici, coinvolgendo partecipanti appartenenti alla cultura locale e altri provenienti da una diversa cultura (es. De Castella, 2013). Sono stati svolti anche alcuni studi che hanno incluso partecipanti nati e cresciuti nei loro rispettivi contesti culturali di origine (es. Matsumoto, 2006). In misura minore, invece, sono state riscontrate ricerche sviluppate in Italia, molte delle quali, interessano esclusivamente partecipanti provenienti dalla cultura italiana. Inoltre, i pochi studi effettuati nel contesto italiano si sono concentrati prevalentemente sul centro e il sud del paese (es. Di maggio & Zappulla, 2014). Risulta, quindi, importante estendere l'analisi relativa al grado in cui la cultura condiziona i processi di regolazione emotiva, le credenze sulle emozioni e lo sviluppo sintomatologico in adolescenza, attraverso la realizzazione di una ricerca che coinvolga partecipanti di diversa provenienza culturale, attualmente residenti nell'Italia settentrionale.

Inoltre, gli studi precedenti effettuati principalmente nell'Italia centro-meridionale, hanno fatto luce sulla coesistenza nelle famiglie italiane di elementi di conflittualità, distacco ma anche di vicinanza e calore tra i genitori e i figli (Claes et al.

(2003), sottolineando come questo rappresenti un aspetto culturale di notevole influenza sullo sviluppo emotivo e sintomatologico dell'adolescente. Pertanto, sarebbe interessante esaminare la qualità del legame tra genitori e figlio anche nel contesto del nord Italia, per valutare in che misura la relazione di attaccamento possa influire sullo sviluppo del giovane.

Capitolo 3: La ricerca

3.1 Obiettivo della ricerca

Il presente studio si è proposto di contribuire, nella prospettiva della psicologia clinica, all'indagine e all'analisi delle differenze nei processi di regolazione emotiva connesse alla cultura di provenienza. L'esplorazione del suddetto fenomeno, in età adolescenziale, intende fornire supporto alle future indicazioni cliniche, incentivando lo sviluppo di nuove strategie di intervento per questa specifica fascia d'età.

Il primo obiettivo di questa ricerca è stato quello di esplorare, nell'intero campione di adolescenti, le possibili correlazioni tra i sintomi internalizzanti ed esternalizzanti, la qualità del rapporto con i genitori, le credenze riguardo alle emozioni negative e il grado di disregolazione emotiva.

Un ulteriore obiettivo è stato poi quello di considerare la cultura d'origine dei partecipanti, al fine di permettere un'analisi più dettagliata delle differenze legate al background culturale nello studio delle variabili.

Nello specifico, di seguito vengono presentate le ipotesi dello studio:

1. Nel campione italiano si ipotizza che una migliore qualità di relazione dell'adolescente con i propri genitori sia associata a minori livelli di disregolazione emotiva, a minori sintomi internalizzanti ed esternalizzanti e a una minore percezione di incontrollabilità delle emozioni negative; nello specifico quindi si ipotizza l'esistenza di una correlazione negativa e significativa tra i punteggi ottenuti dalla Psychological Availability and Reliance on Adult (PARA) con quelli ottenuti dalla Difficulties in Emotion Regulation Scale Short Form (DERS-SF), la sintomatologia internalizzante ed esternalizzante indagata tramite il questionario Youth Self Report (YSR) e i punteggi ottenuti dall' Emotion Beliefs Questionnaire (EBQ) sulle emozioni negative.

2. Nel campione generale si suppone che con l'aumento della sintomatologia, internalizzante o esternalizzante, esplorata attraverso il questionario Youth Self Report (YSR), si verifichi anche un incremento dei fattori correlati, tra cui i livelli di disregolazione emotiva (DERS-SF) e la percezione di mancanza di controllo sulle emozioni negative (EBQ).

3. Si ipotizza che esistano differenze significative tra i campioni categorizzati in base al background culturale, in particolare riguardo alle correlazioni tra la qualità del rapporto dell'adolescente con i propri genitori (PARA), i sintomi di tipo internalizzante ed esternalizzante (YSR), e i livelli di disregolazione emotiva (DERS-SF).

4. Considerando l'intero campione di adolescenti, senza distinzione di origine culturale, si propone l'ipotesi che la qualità del rapporto tra l'adolescente e i propri genitori influisca sulla sintomatologia internalizzante del giovane a seconda dei diversi livelli di disregolazione emotiva. In particolare, si suppone quindi che esista una relazione significativa tra i punteggi ottenuti alla scala PARA e la sintomatologia internalizzante (YSR_inter) moderata dai punteggi ottenuti alla scala DERS-SF.

3.2 Metodologia

3.2.1 Caratteristiche e reperimento del campione

Per il presente studio sono stati reclutati 103 soggetti. Il campione è stato selezionato sulla base dei seguenti criteri di inclusione:

- Una sufficiente conoscenza della lingua italiana in forma scritta
- Età compresa tra 15 e 20 anni

Il reclutamento è stato eseguito presso entrambe le sedi del Liceo Statale Edoardo Amaldi di Novi Ligure (regione Piemonte), in particolare nelle classi prime, seconde,

terze e quarte della sezione di Scienze Umane e, in parte, tramite piattaforme online.

Tutti i partecipanti alla ricerca hanno prestato il loro consenso per la raccolta, l'analisi e il trattamento dei dati in modo confidenziale, firmando il modulo di consenso informato. In presenza di un partecipante minorenni anche l'adulto, detenente il titolo di podestà genitoriale, doveva visionare e firmare il consenso informato per permettere al minore di partecipare al progetto di ricerca. In particolare, tramite la piattaforma online sono stati inviati al partecipante, oltre al link per completare il questionario, tre ulteriori link, uno per il consenso del minore e due per i genitori. Per garantire una corretta partecipazione è stata accertata la presenza dei link richiesti e la relativa autorizzazione sulla piattaforma utilizzata di "EUSurvey".

Durante l'incontro in presenza, invece, sono stati consegnati tre moduli di consenso informato, in formato cartaceo, che l'adolescente ha potuto portare a casa per consentire a entrambi i genitori di esaminarli e decidere se firmarli, autorizzando così la partecipazione del giovane alla ricerca. I moduli firmati sono stati successivamente restituiti in aula entro una data stabilita per la raccolta generale.

La differenziazione dei partecipanti in base al background culturale è stata svolta attraverso l'introduzione, nei moduli di consenso informato, di domande volte ad ottenere le informazioni demografiche dell'adolescente. La partecipazione prevedeva la compilazione di una batteria di questionari self-report online o in presenza.

Lo studio è stato condotto nel rispetto delle linee guida dell'Associazione Italiana di Psicologia ed è stato approvato dal Comitato per la Ricerca di Ateneo dell'Università di Genova.

3.2.2 Gli strumenti

Per esaminare le ipotesi menzionate nel presente studio, sono stati impiegati i seguenti strumenti di indagine psicologica.

Youth Self Report (YSR)

Lo Youth Self Report è un noto questionario di autovalutazione progettato da Achenbach (1991) per ottenere informazioni dirette dagli adolescenti in merito alle loro competenze e ai problemi comportamentali ed emotivi. Il questionario, destinato ad una fascia di età compresa tra gli 11 e i 18 anni, è stato rivisitato e aggiornato nel 2001 da Achenbach & Rescorla, e inserito tra gli strumenti ASEBA per l'età scolare, insieme al Child Behavior Checklist (CBCL) e al Teacher's Report Form (TRF).

Nel presente studio è stata utilizzata la scala che valuta le difficoltà comportamentali ed emotive. Essa, è costituita da 112 item che valutano il comportamento manifestato negli ultimi sei mesi, utilizzando una scala che va da 0 (“non vero”) a 2 (“molto vero o spesso vero”). Gli elementi problematici sono stati organizzati da Achenbach in otto sindromi a banda stretta e tre a banda larga denominate “problemi comportamentali internalizzanti”, “problemi comportamentali esternalizzanti” e “problemi comportamentali totali”. Le sindromi a banda stretta “Ritirato”, “Disturbi somatici” e “Ansioso/Depresso” definiscono la sindrome della banda internalizzante; mentre quelle del “comportamento delinquente” e del “comportamento aggressivo” definiscono il gruppo esternalizzante. Relativamente ai “Problemi sociali”, i “Problemi di pensiero” e i “Problemi di attenzione”, l'autore ha scelto di unirli sotto la denominazione di “Scale miste” (Achenbach, 1991). La scala totale del problema rappresenta una valutazione del grado di disadattamento generale percepito.

Nel presente studio si è dedicata maggiore attenzione all'analisi della sintomatologia internalizzante e di quella esternalizzante.

In relazione alle proprietà psicometriche dello strumento, si osserva che lo YSR mostra una buona affidabilità test-retest e una buona coerenza interna.

L'affidabilità del test-retest per le sindromi a banda larga e il punteggio totale del

problema erano di circa .80 negli adolescenti americani; mentre per le sindromi a banda stretta solo i “Problemi sociali” e i “Disturbi somatici” mostravano coefficienti bassi. La consistenza interna per le sindromi a banda stretta era superiore a .70, ad eccezione di “Ritirato” (Achenbach, 1991). Anche nel presente studio, la scala dei "disturbi somatici" si è rivelata inadeguata, evidenziando un valore alpha di Cronbach pari a 0,460.

Il valore interculturale di questo strumento è stato stabilito anche da De Groot et al. (1996) in una campione di olandesi e da Lemos et al. (1992) e Abad (1998) in popolazioni spagnole.

Emotion Beliefs Questionnaire (EBQ)

L'Emotion Beliefs Questionnaire (EBQ) è un questionario self-report che è stato recentemente sviluppato da Becerra et al. (2020) usando la struttura ideata da Ford & Gloss (2019) per esaminare le credenze sulle emozioni. L'EBQ è la prima misura psicométrica delle credenze sulla controllabilità e sull'utilità delle emozioni negative e positive, composta da 16 item e suddivisa in quattro sottoscale. La Negative-Controllability, che misura la percezione di incontrollabilità delle emozioni negative; la Positive-Controllability, che misura la percezione di incontrollabilità delle emozioni positive; la Negative- Usefulness, che misura la percezione di inutilità delle emozioni negative e la Positive- Usefulness, che misura la percezione di inutilità delle emozioni positive. Le due sottoscale di controllabilità possono essere unite in un punteggio complessivo di "controllabilità generale", così come le due sottoscale di utilità possono essere sommate in un punteggio totale di "utilità generale". Inoltre, la somma delle quattro sottoscale può essere utilizzata come punteggio totale della scala per valutare il livello complessivo di credenze emotive disadattive dell'individuo (Becerra et al., 2020).

Nel presente studio sono state utilizzate solo le sottoscale “Negative-controllability” e “Negative- usefulness”.

Ogni item è misurato su una scala Likert a 7 punti. Gli Item, ovvero brevi affermazioni, richiedono ai partecipanti di esprimere il loro livello di accordo su una scala da 1 (completamente in disaccordo) a 7 (completamente d'accordo), con punteggi più alti che indicano un maggiore convincimento riguardo alla mancanza di controllo o utilità delle emozioni.

Per quanto concerne la validità di criterio è emerso che punteggi più alti all'EBQ, che indicano una maggiore percezione di incontrollabilità e inutilità delle emozioni, sono correlati a una maggiore difficoltà generale nella regolazione delle emozioni e a livelli più alti di depressione, ansia e stress. (Becerra et al., 2020; Ranjbar et al., 2023; Rogier et al., 2023).

L'EBQ, nella sua versione originale, ha mostrato una buona coerenza interna con un alpha di Cronbach di 0.88 per il punteggio totale e un intervallo tra 0.77 e 0.88 per le sottoscale (Becerra et al., 2020).

La versione italiana dell'EBQ è stata realizzata da Rogier et al. (2023) testando la struttura fattoriale in un campione di 516 adulti. Attraverso l'applicazione della tecnica di "black-translation", il questionario è stato tradotto dalla lingua originale ad un'altra lingua e, in un secondo momento, è stata riproposta la traduzione della seconda lingua all'originale per valutarne la coerenza (Brislin, 1980). Come per la versione originale, anche per quella italiana è stata riscontrata una buona affidabilità della coerenza interna con alpha di Cronbach compreso tra 0.78 e 0.90.

Difficulties in Emotion Regulation Scale Short Form (DERS-SF)

La Difficulties in Emotion Regulation Scale (DERS) sviluppata da Gratz & Roemer (2004), è un questionario self-report che è stato ampiamente utilizzato per valutare e trattare le difficoltà nella regolazione delle emozioni. Malgrado i contributi apportati, la lunghezza della scala DERS costituisce un limite che rende complicata la sua

inclusione in protocolli di studio brevi. A fronte di questo problema, sono state sviluppate tre diverse versioni più brevi della DERS: la DERS-16 (Bjureberg et al. 2016), la DERS-18 (Victor & Klonsky, 2016) e la DERS-SF (Kaufman et al. 2016). Tutte e tre hanno dimostrato una buona affidabilità e validità ma solo la DERS-18 e la DERS-SF hanno mantenuto le sottoscale originali. Le sottoscale derivano da sei fattori ognuno rappresentante una dimensione diversa riguardante le difficoltà degli individui nel gestire e regolare le proprie emozioni:

- Mancanza di consapevolezza delle proprie emozioni (awareness)
- Mancanza di chiarezza sulla natura delle proprie emozioni (clarity)
- Mancanza di accettazione delle proprie emozioni (non acceptance)
- Mancato accesso a strategie efficaci di regolazione delle emozioni (strategies)
- Difficoltà ad impegnarsi in comportamenti diretti ad obiettivi (goals)
- Difficoltà di controllo degli impulsi sul comportamento se attivato emotivamente (impulse)

In particolare, la DERS-SF, che risulta essere la più utilizzata e citata nei diversi studi, è composta da 18 item misurati su scala Likert a 5 punti, con valori compresi tra 1 (mai) e 5 (sempre).

La DERS composta da 18 item presenta una struttura simile al DERS originale di 36 item e dimostra eccellente affidabilità e validità, mantenendo una consistenza interna molto elevata con valori alpha di Cronbach compresi tra 0.78 e 0.89 per le sottoscale e 0.90 per il punteggio totale; inoltre, così come dimostrano precedenti ricerche sulla DERS-36, anche in questa forma breve la sottoscale “awareness” risulta avere l’affidabilità più bassa (alpha di Cronbach= 0.78).

La versione italiana della DERS-SF (short-form) è stata convalidata da Rossi e colleghi nel 2023, mostrando una buona coerenza interna per ciascuna sottoscala con

valori alpha di Cronbach compresi tra 0.765 (awareness) e 0.877 (impulse), e un punteggio totale generale di 0.895.

Anche in questo studio, la sottoscala "Awareness" è risultata inutilizzabile a causa di una bassa coerenza interna (alpha di Cronbach = 0,654), mentre la sottoscala "Strategies" ha mostrato un valore al limite (alpha di Cronbach = 0,682). Al contrario, il punteggio complessivo ha raggiunto un valore di 0,849.

Psychological Availability and Reliance on Adult (PARA)

La Psychological Availability and Reliance on Adult (PARA) è un questionario di autovalutazione creato da Schuengel & Zegers (2003), progettato per esaminare la relazione tra adolescenti e genitori. In particolare, lo strumento analizza due aspetti fondamentali dell'attaccamento nelle relazioni asimmetriche: la disponibilità psicologica (o fornitura di base sicura) e la dipendenza dall'adulto (o utilizzo sicuro della base). La scala della disponibilità psicologica degli adulti indica la misura in cui questi ultimi sono presenti per gli adolescenti nei momenti di necessità, dimostrando così di costituire una base sicura per loro. D'altra parte, la scala della dipendenza dall'adulto analizza se gli adolescenti si rivolgono al loro mentore quando necessitano di aiuto o supporto, suggerendo se percepiscono l'adulto come una fonte sicura su cui fare affidamento. Una combinazione di queste due scale, ottenuta calcolando la media dei punteggi totali, genera una scala di sicurezza che misura il grado di affidabilità e tranquillità che gli adolescenti percepiscono all'interno delle loro relazioni.

Il questionario produce anche un punteggio complessivo che indica come l'adolescente percepisce la qualità della relazione con il caregiver.

La PARA è costituita da due versioni parallele, una dedicata agli adolescenti e l'altra agli adulti. Comprende 19 affermazioni, valutate attraverso una scala Likert a 4 punti che va da 1 (totalmente in disaccordo) a 4 (totalmente d'accordo), e a cui il

partecipante risponde esprimendo la propria percezione riguardo alla disponibilità psicologica del caregiver e alla propria dipendenza da esso.

Il questionario si è dimostrato affidabile e valido in diversi studi di validazione (Zegers & Schuengel, 2006). La coerenza interna delle scale è stata valutata soddisfacente con valori alpha di Cronbach compresi tra .67 e .84.

3.2.3 Analisi statistica

L'elaborazione dei dati è stata effettuata con l'uso del pacchetto statistico SPSS per Mac. L'analisi dei dati è stata condotta sull'intero campione mediante il calcolo delle statistiche descrittive e delle frequenze. In seguito, i partecipanti sono stati suddivisi in gruppi in base alle loro diverse origini culturali, consentendo un confronto tra di essi. Per esaminare le correlazioni significative tra le varie variabili, dopo aver verificato l'affidabilità, è stata utilizzata la tecnica statistica non parametrica di correlazione per ranghi, conosciuta come rho di Spearman. Infine, è stato applicato un modello di moderazione statistica per analizzare la relazione tra una variabile indipendente e una variabile dipendente, considerando l'effetto di una terza variabile (moderatore).

3.3 Risultati

3.3.1 Caratteristiche del campione

Il campione utilizzato nel presente studio, composto da 103 partecipanti, appare sbilanciato per quanto riguarda il genere con una prevalenza femminile (76,7% femmine e 23,3% maschi). L'età media dei partecipanti è di 16,67 anni (Deviazione standard 1,255) con un'età compresa tra 15 e 20 anni. I dati sono riportati nella tabella 1.

Tabella 1

Statistiche descrittive età e genere

	M (DS)	n (%)	Range
Età	16.67 (1.255)	103	15-20

Genere	
Femminile	79 (76.7)
Maschile	24 (23.3)

Per quanto riguarda il background culturale sono state individuate tredici diverse culture, illustrate nel grafico 1 sotto riportato. La metà dei partecipanti proviene da un background culturale italiano (50,5%), mentre l'altra metà ha origini straniere. Tra quest'ultime, in particolare, prevalgono il Marocco (11,7%), la Romania (8,7%), l'Albania (8,7%) e l'Ecuador (6,8%), seguiti con percentuali inferiori dall'Ucraina (2,9%), la Nigeria (2,9%), la Spagna (1,9%), il Perù (1,9%), il Vietnam, la Serbia, la Francia e il Brasile con una percentuale dell'1,0%. Tra i partecipanti è emersa una maggiore presenza di individui nati in Italia (71,8%). Il 28,2% rimanente è costituito da individui che affermano di essere nati in un altro paese e di risiedere in Italia, con una media di permanenza di 2,66 anni (DS = 0,614), che varia tra meno di 2 anni e oltre 5 anni. I dati sono rappresentati nella tabella 2.

Grafico 1

Frequenze relative al background culturale

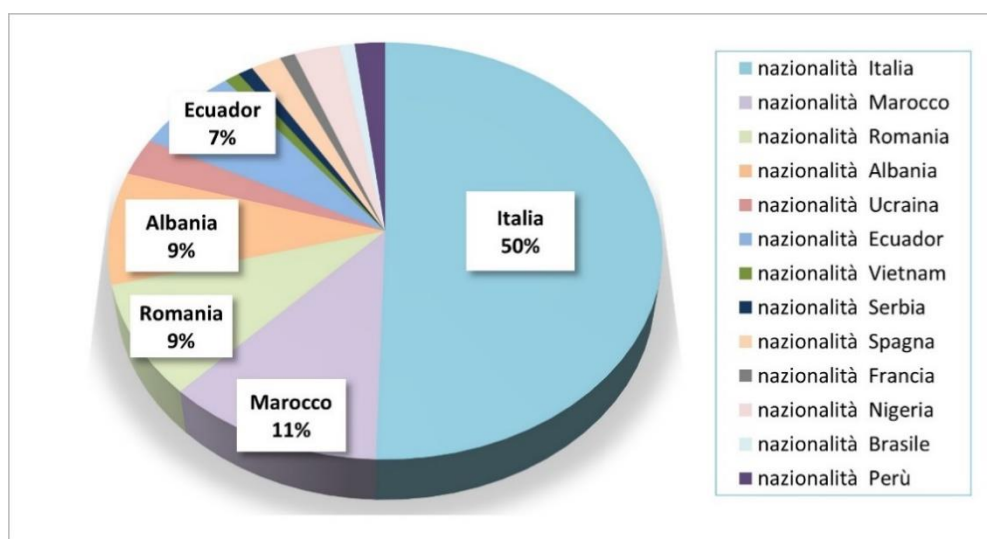
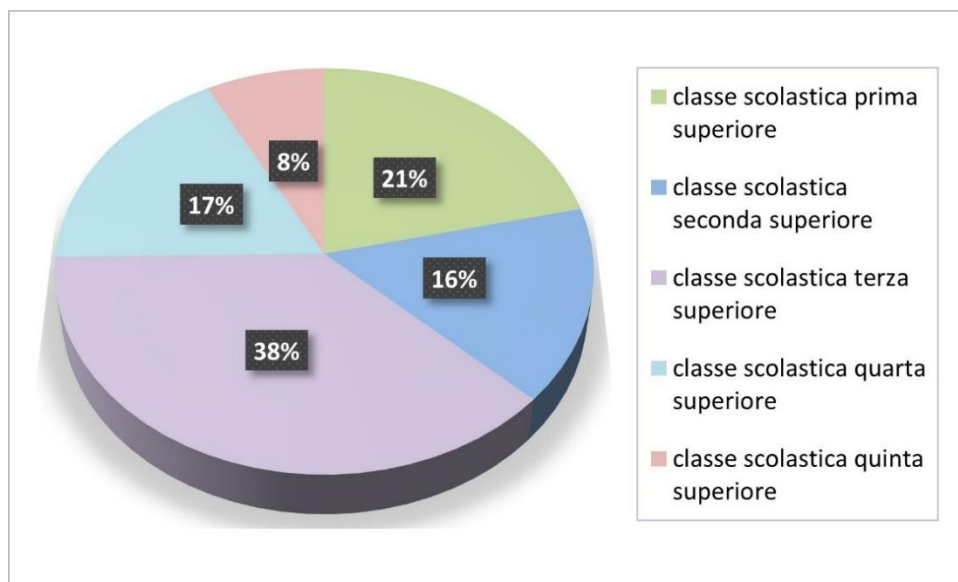


Tabella 2*Statistiche descrittive individui nati in Italia e tempo di residenza in Italia*

	M (DS)	n (%)	Range
Nati in Italia			
Si		74 (71.8)	
No		29 (28.2)	
Da quanto tempo è in Italia?	2.66 (0.614)	29	< 2 anni- > 5 anni

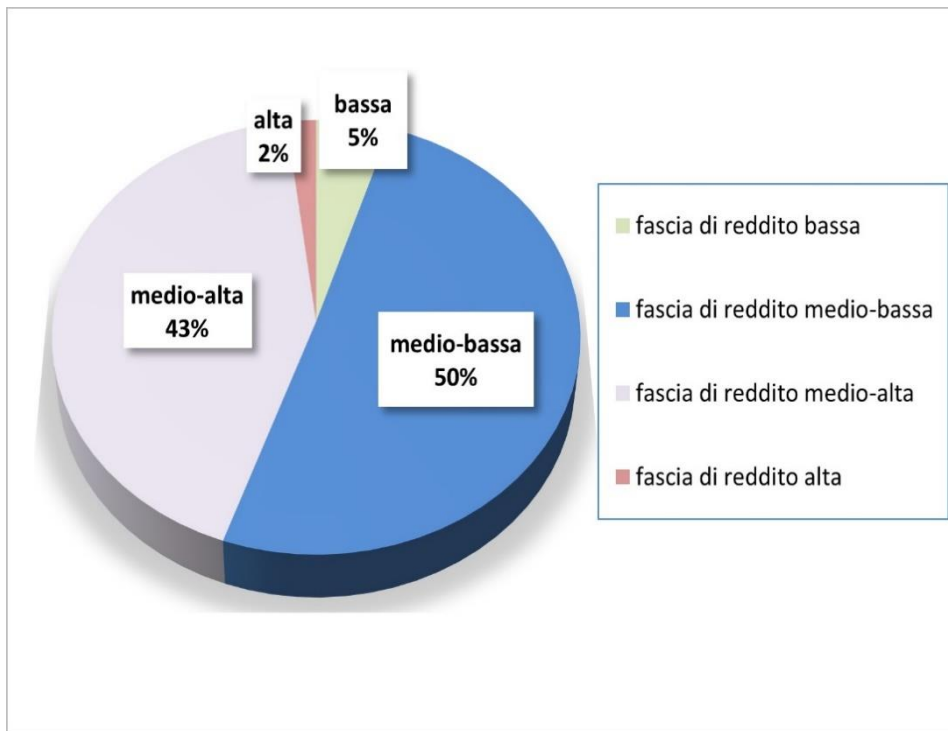
In merito alla classe scolastica, la maggioranza dei partecipanti frequenta la terza superiore (37,9%), seguita dalla prima superiore (21,4%), dalla quarta superiore (17,5%) e dalla seconda superiore (15,5%). Solo 8 soggetti sono iscritti alla quinta superiore. I dati sono riportati nel grafico 2.

Grafico 2*Frequenze relative alla classe scolastica*

Riguardo al reddito, come illustrato nel grafico 3, la maggioranza dei soggetti si trova nelle fasce medio-bassa (50,5%) e medio-alta (42,7%) con una lieve differenza tra le due categorie. Solo 5 partecipanti dichiarano di appartenere alla fascia di reddito bassa, mentre 2 si collocano nella fascia alta.

Grafico 3

Frequenze relative alla fascia di reddito



3.3.2 Test delle ipotesi

3.3.2.1 Analisi delle correlazioni

Nella presente ricerca è stata condotta un'analisi preliminare delle correlazioni tra le variabili principali, utilizzando il coefficiente di correlazione per ranghi di Spearman. In particolare, è stata esaminata la correlazione tra i vari punteggi ottenuti dai questionari DERS-SF, PARA, EBQ e YSR prendendo in considerazione l'intero campione di partecipanti, senza distinzione tra le diverse culture.

I risultati, riportati nella tabella 3, mostrano principalmente la presenza di una correlazione negativa e significativa tra PARA e tutte le altre variabili, tranne la sottoscala "Negative- Usefulness" dell'EBQ. Ciò suggerisce che una migliore qualità di relazione dell'adolescente con i propri genitori sia associata ad una riduzione della sintomatologia internalizzante ed esternalizzante, a livelli inferiori di disregolazione emotiva e a una minore percezione di incontrollabilità delle emozioni negative; tuttavia, la percezione di

inutilità delle emozioni negative sembra rimanere invariata.

I risultati rivelano poi la presenza di una correlazione positiva tra la sintomatologia internalizzante (YSR_inter) e i punteggi ottenuti alla scala DERS-SF e alla sottoscala “Negative- Controllability” dell’EBQ, indicando che l’incremento dei sintomi internalizzanti sia legato ad un aumento del livello di disregolazione emotiva dell’adolescente e all’aumento della percezione di incontrollabilità delle emozioni negative.

La sintomatologia esternalizzante (YSR_exter) appare invece correlata positivamente solo con la sottoscala “Negative- Controllability” dell’EBQ, suggerendo quindi che all’aumentare dei sintomi esternalizzanti si verifichi un altrettanto aumento della percezione di incontrollabilità delle emozioni negative. Non risulta esserci una correlazione con la disregolazione emotiva.

Tabella 3

Correlazioni tra le principali variabili dello studio nel campione generale

	PARA_raw	YSR_inter	YSR_exter	DERS-SF_total score	EBQcontrol_neg	EBQnegative_use
PARA_raw	-	-,28**	-,33**	-,35**	-,23**	-0,10
YSR_inter		-	0,05	,68**	,23*	0,11
YSR_exter			-	0,18	,35**	-0,00
DERS-SF_total score				-	,35**	,27**
EBQcontrol_neg					-	,31**
EBQnegative_use						-

Note: PARA: Psychological Availability and Reliance on Adult; YSR_inter: Youth Self Report internalizing symptoms; YSR_exter: Youth Self Report externalizing symptoms; DERS-SF: Difficulties in Emotion Regulation Scale Short Form; EBQcontrol_neg: Emotion Beliefs Questionnaire sottoscala “Negative- Controllability”; EBQnegative_use: Emotion Beliefs Questionnaire sottoscala “Negative- Usefulness”.

** La correlazione è significativa al livello di 0,01

* La correlazione è significativa al livello di 0,05

In un'analisi secondaria, sono state esaminate le correlazioni tra le variabili menzionate considerando anche la provenienza culturale dei partecipanti. I soggetti sono stati suddivisi in gruppi in base al loro background culturale e, in seguito, è stato effettuato un confronto tra di essi. Sono stati formati quattro gruppi: italiano, europeo, africano ed ecuadoriano/peruviano. È stato creato anche un quinto gruppo, denominato "Altro", per includere il partecipante proveniente dal Vietnam. Tuttavia, a causa della ridotta dimensione del campione, costituito da un solo individuo, questo gruppo non è stato preso in considerazione nelle analisi.

Di seguito vengono riportate in dettaglio le correlazioni emerse dai risultati del campione italiano, composto da 52 partecipanti.

I risultati, riportati nella tabella 4, evidenziano un pattern identico a quello osservato nel campione generale. È stata rilevata un'unica differenza riguardo alla sintomatologia esternalizzante (YSR_exter), la quale risulta correlata con la sottoscala "Negative- Controllability" dell'EBQ, analogamente a quanto osservato nel campione generale, ma presenta anche una correlazione con la sottoscala "Negative- Usefulness" dell'EBQ. Questa correlazione evidenzia come all'aumentare dei sintomi esternalizzanti, negli adolescenti italiani, si osserva un incremento della percezione di mancanza di controllo e di inutilità delle emozioni negative

Tabella 4

Correlazioni tra le principali variabili dello studio nel campione italiano

	PARA_raw	YSR_inter	YSR_exter	DERS-SF_total score	EBQcontro l_neg	EBQnegati ve_use
PARA_raw	-	-,41**	-,29*	-,43*	-,34*	-,29*
YSR_inter		-	-0,00	,73**	,33*	0,24

YSR_exter			-	0,12	,39**	,48**
DERS-SF_total score				-	,39**	,42**
EBQcontrol_neg					-	,66**
EBQnegative_use						-

Note: PARA: Psychological Availability and Reliance on Adult; YSR_inter: Youth Self Report internalizing symptoms; YSR_exter: Youth Self Report externalizing symptoms; DERS-SF: Difficulties in Emotion Regulation Scale Short Form; EBQcontrol_neg: Emotion Beliefs Questionnaire sottoscala Negative- Controllability; EBQnegative_use: Emotion Beliefs Questionnaire sottoscala Negative- Usefulness.

** La correlazione è significativa al livello di 0,01

* La correlazione è significativa al livello di 0,05

Esaminando il campione africano, composto da 15 partecipanti, sono emerse differenze significative. Di seguito sono presentate in dettaglio le correlazioni rilevate dai risultati. I dati sono raffigurati nella tabella 5.

Nel campione africano non sono emerse correlazioni tra PARA e le altre variabili dello studio. Quest'analisi sembrerebbe suggerire che la qualità del legame tra l'adolescente e i propri genitori non influisce in modo significativo sulla manifestazione dei sintomi, sui livelli di disregolazione emotiva e sulle percezioni di incontrollabilità e inutilità riguardo alle emozioni negative.

La sintomatologia internalizzante (YSR_inter) appare correlata positivamente con i punteggi ottenuti alla scala DERS, suggerendo che un aumento dei sintomi internalizzanti sia associato a un incremento dei livelli di disregolazione emotiva; si caratterizza invece per l'assenza della correlazione con la percezione di incontrollabilità delle emozioni negative.

La sintomatologia esternalizzante non mostra correlazioni significative.

Tabella 5

Correlazioni tra le principali variabili dello studio nel campione africano

	PARA_raw	YSR_inter	YSR_exter	DERS-SF_total score	EBQcontrol_neg	EBQnegative_use
PARA_raw	-	-0,36	-0,10	-0,33	-0,14	-0,28
YSR_inter		-	-0,07	,67**	0,49	0,27
YSR_exter			-	0,27	0,40	-0,43
DERS-SF_total score				-	0,47	0,45
EBQcontrol_neg					-	0,04
EBQnegative_use						-

Note: PARA: Psychological Availability and Reliance on Adult; YSR_inter: Youth Self Report internalizing symptoms; YSR_exter: Youth Self Report externalizing symptoms; DERS-SF: Difficulties in Emotion Regulation Scale Short Form; EBQcontrol_neg: Emotion Beliefs Questionnaire sottoscala Negative- Controllability; EBQnegative_use: Emotion Beliefs Questionnaire sottoscala Negative- Usefulness.

** La correlazione è significativa al livello di 0,01

In riferimento al campione europeo, composto da 26 partecipanti, è stata riscontrata solo una correlazione significativa, e negativa, che riguarda i punteggi ottenuti alla scala PARA con la sintomatologia esternalizzante (YSR_exter). La qualità del rapporto dell'adolescente con i propri genitori sembra avere influenze diverse nelle varie culture; in particolare, nei partecipanti di nazionalità europea questo legame sembra contribuire a una diminuzione dei sintomi esternalizzanti.

Non sono emerse altre correlazioni significative.

I dati sono illustrati nella tabella 6 sotto riportata.

Tabella 6

Correlazioni tra le principali variabili dello studio nel campione europeo

	PARA_raw	YSR_inter	YSR_exter	DERS-SF_total score	EBQcontrol_neg	EBQnegative_use
PARA_raw	-	0,13	-,80**	-0,09	-0,25	0,28

YSR_inter		-	0,02	0,38	-0,14	-0,07
YSR_exter			-	0,10	0,17	-0,37
DERS-SF_total score				-	0,06	0,12
EBQcontrol_neg					-	-0,02
EBQnegative_use						-

Note: PARA: Psychological Availability and Reliance on Adult; YSR_inter: Youth Self Report internalizing symptoms; YSR_exter: Youth Self Report externalizing symptoms; DERS-SF: Difficulties in Emotion Regulation Scale Short Form; EBQcontrol_neg: Emotion Beliefs Questionnaire sottoscala Negative- Controllability; EBQnegative_use: Emotion Beliefs Questionnaire sottoscala Negative- Usefulness.

** La correlazione è significativa al livello di 0,01

Infine, di seguito sono illustrate le correlazioni osservate nel campione proveniente dall'Ecuador e dal Perù, composto da 9 partecipanti.

Analogamente a quanto osservato nel campione africano, anche in quello ecuadoriano/peruviano la scala PARA non mostra correlazioni con alcuna variabile dello studio, evidenziando la possibile mancanza di influenze del legame tra adolescenti e genitori sulle manifestazioni sintomatologiche, sui livelli di disregolazione emotiva e sulle percezioni di mancanza di controllo e di inutilità delle emozioni negative.

Nel campione si evidenzia inoltre la correlazione tra la sintomatologia internalizzante (YSR_inter) e la scala DERS-SF, indicando che un aumento dei sintomi internalizzanti è associato a un incremento dei livelli di disregolazione emotiva.

La sintomatologia esternalizzante non mostra correlazioni significative.

I dati sono presentati nella seguente Tabella 7.

Tabella 7

Correlazioni tra le principali variabili dello studio nel campione ecuadoriano/peruviano

	PARA_raw	YSR_inter	YSR_exter	DERS-SF_total	EBQcontrol_neg	EBQnegative_use
--	----------	-----------	-----------	---------------	----------------	-----------------

				score		
PARA_raw	-	-0,35	0,10	-0,43	-0,06	0,33
YSR_inter		-	0,26	,72*	0,27	-0,34
YSR_exter			-	0,01	0,40	0,03
DERS-SF_total score				-	0,35	-0,26
EBQcontrol_neg					-	0,44
EBQnegative_use						-

Note: PARA: Psychological Availability and Reliance on Adult; YSR_inter: Youth Self Report internalizing symptoms; YSR_exter: Youth Self Report externalizing symptoms; DERS-SF: Difficulties in Emotion Regulation Scale Short Form; EBQcontrol_neg: Emotion Beliefs Questionnaire sottoscala Negative- Controllability; EBQnegative_use: Emotion Beliefs Questionnaire sottoscala Negative- Usefulness.

* La correlazione è significativa al livello di 0,05

3.3.2.2 Analisi della moderazione

In seguito alle analisi di correlazione, nel campione generale è stata evidenziata in particolare la relazione tra la qualità del legame degli adolescenti con i loro genitori e le altre variabili, inclusa la sintomatologia. Sulla base di questi risultati sono state svolte delle analisi secondarie, attraverso il modello di moderazione statistica, per valutare l'ipotesi che esista la relazione tra la qualità del rapporto dell'adolescente con i genitori (PARA) e la sintomatologia internalizzante (YSR_inter) moderata dai livelli di disregolazione emotiva (DERS-SF), considerando come covariante l'età e il genere. Le analisi condotte hanno rivelato però che questa interazione non è significativa; pertanto, la relazione tra la qualità del legame dell'adolescente con i propri genitori (PARA) e i sintomi internalizzanti si manifesta in modo indipendente dai livelli di disregolazione emotiva dell'adolescente (DERS-SF).

I dati sono illustrati nella figura 1, tabella 8.

Figura 1

Il ruolo del moderatore DERS-SF nella relazione tra PARA e la sintomatologia

internalizzante (YSR_inter)

.

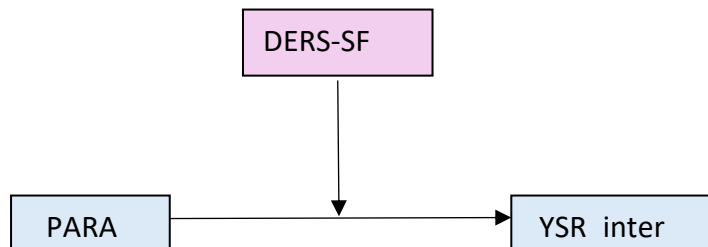


Tabella 8

Analisi del ruolo del moderatore DERS-SF nella relazione tra PARA e la sintomatologia internalizzante (YSR_inter)

	β	ES	t	p
constant	23,0436	15,5019	1,4865	,1405
PARA	,0568	,2084	,2727	,7857
DERS-SF	,5461	,2151	2,5386	,0128
YSR_in	-,0014	,0040	-,3511	,7263
età	-,2581	,5358	-,4818	,6311
genere	-1,7506	1,6304	-1,0737	,2857

Note: $R^2 = .0007$; $f^2 = .1233$; β in grassetto sono statisticamente significativi; ES: Errore Standard; PARA: Psychological Availability and Reliance on Adult; DERS-SF: Difficulties in Emotion Regulation Scale Short Form; YSR_in: Youth Self Report sintomatologia internalizzante.

3.4 Discussione

La presente ricerca si è proposta di esplorare le differenze in età adolescenziale relative ai processi di regolazione emotiva, analizzando, nello specifico, l'influenza della cultura di origine nello sviluppo emotivo e sintomatologico del giovane. Esaminando la letteratura precedente, emerge chiaramente l'importanza del contesto familiare nello sviluppo delle capacità connesse alla regolazione delle emozioni. I valori educativi, le pratiche genitoriali, le credenze, ma soprattutto la qualità del rapporto tra genitori e figlio, presenti all'interno del nucleo familiare, sono risultati strettamente connessi alla cultura

di riferimento (Scarzello & Arcace, 2012) e ricoprenti un ruolo rilevante nello sviluppo di regolazione emotiva (Herd et al., 2020) e sintomatologico dell'adolescente (Di Maggio & Zappulla, 2014). Il presente studio si è proposto quindi di indagare principalmente le variazioni nei livelli di regolazione emotiva all'interno di diverse culture, attraverso un'analisi della qualità del legame dei genitori con i propri figli, la valutazione delle credenze sulla capacità di controllo delle proprie emozioni, strettamente connessa alle strategie di regolazione emotiva utilizzate (Di Giunta et al., 2017), e l'eventuale sviluppo sintomatologico associato (Di Giunta et al., 2017; 2018). Nella ricerca, condotta su un campione di 103 adolescenti di diverse origini culturali ma residenti nella regione Piemonte del nord Italia, sono state eseguite delle analisi di correlazione e di moderazione con i punteggi ottenuti da quattro strumenti, tra cui la PARA, per la valutazione della relazioni tra genitori e figlio, la DERS, per analizzare le difficoltà di regolazione emotiva, lo YSR, usato principalmente per l'analisi della sintomatologia internalizzante ed esternalizzante e l'EBQ per esaminare la credenza sulle emozioni.

Lo studio ha mostrato diversi risultati. Innanzitutto, è stata osservata una corrispondenza nelle correlazioni tra il campione generale e il campione italiano, evidenziando che una buona qualità relazionale con i genitori sia un fattore di protezione contro la disregolazione emotiva, la percezione di incontrollabilità delle emozioni negative e lo sviluppo di una sintomatologia internalizzante o esternalizzante. Questo risultato è apparso in accordo con la letteratura e gli studi esistenti che sottolineano l'importanza della qualità relazionale nel corretto sviluppo del figlio. In particolare, una relazione genitori-figlio caratterizzata da uno stile di attaccamento sicuro e in cui il caregiver si mostra accudente e reattivo ai bisogni del figlio, si è rivelata fondamentale nello sviluppo delle capacità di autoregolazione delle emozioni (Eisenberg et al., 1998). Tani et al. (2018) nel loro studio hanno esplorato ed evidenziato il ruolo della qualità del

legame con i propri genitori, e in particolare lo stile genitoriale assunto, nell'influenzare i processi di regolazione delle emozioni, ipotizzando e confermando che la vicinanza e il supporto di entrambi i genitori sarebbero protettivi contro strategie disadattive di regolazione emotiva. Lo studio, condotto con partecipanti italiani, si differenzia però per la fascia di età considerata, relativa all'età adulta, e gli strumenti utilizzati per esplorare la qualità relazionale, tra cui la versione italiana del *Parental Bonding Instrument*, utilizzata principalmente per l'analisi dello stile genitoriale di cura e iperprotezione. Inoltre, nel presente studio, un rapporto positivo con i genitori, si è rivelato efficace nel predire un minore sviluppo di sintomatologia esternalizzate ed internalizzante. Nello specifico, Di Maggio & Zappulla (2014) nel loro lavoro, hanno evidenziato come l'accettazione e il coinvolgimento da parte dei genitori assumerebbero un ruolo protettivo contro lo sviluppo sintomatologico, mostrando però come questa relazione sia significativa soprattutto da parte della figura paterna e nei confronti delle figlie femmine. Lo studio è stato condotto su un campione di adolescenti italiani, maggiormente diversificato in termini di genere dei partecipanti; in aggiunta, si diversifica per l'utilizzo dello strumento denominato *Authoritative Parenting Measur*, adoperato per analizzare separatamente lo stile genitoriale della madre e del padre, percepito dagli adolescenti.

Nel campione generale e in quello italiano, è emersa anche un'altra correlazione significativa riguardante la sintomatologia internalizzante, il livello di disregolazione emotiva e la percezione di incontrollabilità delle emozioni negative. La sintomatologia esternalizzante invece, è apparsa correlata con la sola credenza di incontrollabilità delle emozioni. Per quanto concerne la relazione tra la sintomatologia internalizzante e la disregolazione emotiva, i risultati ottenuti sembrerebbero trovare conferma negli studi svolti in precedenza. In alcune metanalisi, tra cui quella di Schäfer et al. (2017) e quella di Aldao et al. (2010), è stato specificamente evidenziato l'esistenza di una stretta

associazione positiva tra la sintomatologia internalizzante e le strategie di regolazione emotiva disfunzionali. Nello specifico, mentre nello studio di Aldao et al., (2020) viene esplorata la relazione sopracitata in un campione di partecipanti di età differenti, lo studio svolto da Schäfer et al. (2017) si è concentrato sull'adolescenza. Dal punto di vista empirico, diverse ricerche hanno indagato, in età adolescenziale, il legame tra sintomatologia e disregolazione emotiva, e successive problematiche psicopatologiche, riscontrando apparentemente dei risultati conciliabili con quelli del presente studio (Clapham & Brausch, 2024). Clapham & Brausch (2024) hanno osservato l'esistenza di una relazione tra la sintomatologia e la disregolazione emotiva, analizzando però anche lo stretto legame con l'ideazione suicidaria, in un campione di adolescenti americani. Relativamente alla relazione tra la sintomatologia e la convinzione di incontrollabilità delle emozioni negative, si riscontrano delle conferme in alcuni studi precedenti. Somerville et al. (2024), nella loro revisione sistematica svolta su studi trasversali e longitudinali, condotti con adolescenti di diversa nazionalità, evidenziano la già comprovata idea secondo cui minori convinzioni di controllabilità delle emozioni sarebbero predittive di sviluppo sintomatologico, soprattutto internalizzante. Di Giunta et al. (2017; 2018) hanno poi evidenziato il ruolo protettivo delle credenze sulle emozioni, sottolineando la funzione positiva delle credenze di autoefficacia sul controllo di emozioni negative nella riduzione della sintomatologia. Lo studio si differenzia per la partecipazione di preadolescenti provenienti da sei gruppi culturali differenti, e l'analisi specifica dell'espressione disregolata di rabbia e tristezza.

Nel presente studio, è stata riscontrata un'equivalenza anche per quanto concerne i risultati ottenuti dalle analisi del campione africano e di quello ecuadoriano/peruviano. In entrambi i campioni non sono apparse correlazioni significative tra la qualità del legame genitoriale e le altre variabili di regolazione emotiva e di sviluppo

sintomatologico. Studi precedenti si sono sempre espressi a favore dell'esistenza della stretta relazione tra la qualità relazionale con i genitori e la regolazione emotiva (Norofña et al., 2018), nell'analisi di gruppi culturali diversi; inoltre, è importante considerare che l'Africa, così come l'Ecuador e il Perù, appartengono a culture orientali incentrate sui valori dell'interdipendenza e dell'unione tra i membri per cui appare difficile ipotizzare un'assenza di condizionamento all'interno del rapporto con i genitori (Markus & Kitayama, 1991; Idang, 2015; Triandis, 1995). Relativamente allo sviluppo sintomatologico invece, il lavoro di metanalisi di Piquart & Kauser (2018), citato da Rothenberg et al. (2020) ha esplorato l'associazione tra stili genitoriali e problemi di internalizzazione ed esternalizzazione in un campione culturalmente diversificato, osservando l'inesistenza di correlazioni tra uno stile genitoriale caloroso e una minore sintomatologia esternalizzante ed internalizzante in pochi paesi, tra cui l'Africa Subsahariana. È importante considerare però che il risultato ottenuto dalle analisi del campione africano ed ecuadoriano/peruviano del presente studio, potrebbe essere dovuto alla presenza di un ridotto numero di partecipanti che contribuisce ad una diminuzione della significatività dei risultati.

Un'altra correlazione osservata nel campione africano ed ecuadoriano/peruviano concerne la sintomatologia internalizzante e la difficoltà di regolazione emotiva. Diversi lavori hanno supportato questa relazione, tra cui quello di Somerville et al. (2024). Si ritiene che una maggiore credenza nella capacità di controllo delle emozioni associate anche ad un uso adattivo di strategie di regolazione emotiva, sarebbero determinanti per una minore probabilità di sviluppare sintomatologia internalizzante (Somerville et al., 2024). Questa revisione sistematica sembra confermare il legame tra sintomatologia e regolazione emotiva, focalizzandosi però maggiormente sul ruolo delle credenze sulla controllabilità delle emozioni; include vari studi condotti con partecipanti di diversa

provenienza culturale, ma presenta poche evidenze relative ai contesti orientali. Altri studi hanno avvalorato la relazione esistente tra sintomatologia e disregolazione, tra cui quello di Brenning et al. (2022) che però presenta il limite di essere stato condotto con un gruppo di partecipanti ricoverati e altri provenienti da istituti scolastici del Belgio. Nel campione africano ed ecuadoriano/peruviano non sono apparse correlazioni con la credenza di incontrollabilità delle emozioni. Questo risultato sembrerebbe porsi in contrasto altri studi precedenti, i quali evidenziano invece delle correlazioni tra le credenze sulle emozioni, le strategie di regolazione emotiva e il conseguente sviluppo sintomatologico (Somerville et al., 2024). Questo studio è stato però condotto su un campione di diversa appartenenza culturale, tra cui solo la Nigeria relativamente al contesto africano.

Nel campione europeo è emersa una sola correlazione significativa tra la qualità del legame relazionale con i genitori e lo sviluppo sintomatologico esternalizzante. Lo studio di Rothenberg et al. (2020) ha riscontrato la stessa relazione tra un rapporto genitori-figlio caratterizzato da vicinanza emotiva, calore e affetto e un minore sviluppo sintomatologico, evidenziando una similarità in quasi tutte le culture esaminate nel suo studio. Tra i contesti culturali analizzati nello studio risaltano però unicamente due paesi dell'Europa e nello specifico, occidentale; inoltre è importante sottolineare che l'età dei partecipanti coinvolti nello studio, diversamente da quello qui presentato, è relativa alla preadolescenza.

L'analisi di moderazione, esaminante la relazione tra la qualità del rapporto dell'adolescente con i genitori e la sintomatologia internalizzante, tenendo conto dei livelli di disregolazione emotiva, non è risultata significativa. Gli studi precedenti hanno segnalato il forte legame esistente tra una buona qualità relazionale genitori-figlio e un minore sviluppo sintomatologico nel giovane (Di Maggio & Zappulla, 2014), unita anche

ad una maggiore capacità di regolazione emotiva (Tani et al., 2018). Al contrario, un atteggiamento rifiutante e distaccato da parte dei genitori sarebbe risultato predittivo di un maggiore sviluppo sintomatologico nell'adolescente (Miranda et al., 2016). Tuttavia, il legame tra la qualità del rapporto tra genitori e figlio e lo sviluppo sintomatologico, non sembrerebbe essere condizionato dal livello di disregolazione emotiva dell'adolescente. I diversi contributi teorici illustrano però chiaramente come nel contesto familiare, in particolare nella relazione con le figure di attaccamento, il bambino acquisisce diverse competenze emotive, tra cui la capacità di regolare efficacemente le proprie emozioni (Kerr et al., 2019). Pertanto, si ipotizza che utilizzando un modello di mediazione e un disegno di ricerca longitudinale, si possa esplorare e verificare l'esistenza di una relazione diretta tra la qualità del legame con i genitori e lo sviluppo sintomatologico dell'adolescente determinata da un processo causale in cui la capacità di regolazione emotiva dell'adolescente svolgerebbe la funzione di mediatore. La capacità dell'adolescente di regolare le proprie emozioni sarebbe quindi influenzata dalla qualità relazionale con i genitori e determinante lo sviluppo sintomatologico.

Utilizzando un disegno longitudinale, sarebbe interessante testare anche un altro modello di mediazione ipotizzante che la sintomatologia dell'adolescente possa predire la qualità del legame con i genitori attraverso la mediazione del livello di disregolazione emotiva dell'adolescente. Questa relazione è stata parzialmente spiegata da alcuni studi che hanno osservato come un comportamento altamente esternalizzante o internalizzante nel bambino possa condurre ad una successiva genitorialità caratterizzata da minore calore e maggiore controllo (Lansford et al., 2018). Questo risultato si è dimostrato però significativo per la fascia di età compreso tra gli 8 e i 13 anni. Inoltre, il ruolo della disregolazione nel legame con la sintomatologia sarebbe evidente anche nel presente studio, in cui in quasi tutti i campioni culturali si osserva una correlazione significativa

tra la sintomatologia internalizzante e le difficoltà nella regolazione delle emozioni. Dal punto di vista empirico, altri studi recenti hanno evidenziato questa relazione. In particolare, Di Giunta et al. (2017; 2018) hanno suggerito che maggiori credenze di controllabilità delle emozioni negative, associate a strategie di regolazione adattive, sarebbero predittive di una minore sintomatologia. Ugualmente, Aldao et al. (2010), nella loro revisione meta-analitica hanno evidenziato l'esistenza di un'associazione tra la sintomatologia internalizzante e le strategie disfunzionali di regolazione emotiva.

Il presente studio mostra il limite di avere un disegno di ricerca trasversale che non consente di testare adeguatamente il modello di mediazione ipotizzato. Per garantire una maggiore rigorosità metodologica, è stato quindi scelto di testare un modello di moderazione. Risulta, inoltre, importante menzionare ulteriori limitazioni dello studio. Innanzitutto, i dati raccolti derivano da questionari autovalutativi che, sebbene consentano di raggiungere un maggior numero maggiore di partecipanti, sono soggetti a distorsioni, come la desiderabilità sociale, l'eventuale incomprensione degli item o la propensione a dare risposte casuali. Strumenti di ricerca qualitativi, come le interviste, si sarebbero rivelati maggiormente utili nell'analisi approfondita dei vissuti dei partecipanti e nell'esplorazione dei fenomeni dello studio, riducendo anche il rischio di distorsioni. In particolare, un'intervista qualitativa avrebbe permesso di indagare maggiormente l'aspetto culturale. Nel presente studio è stato chiesto ai partecipanti di indicare, in una breve scheda sociodemografica, la loro cultura di provenienza; tuttavia, questo dato da solo risulta insufficiente per analizzare l'eventuale condizionamento del contesto culturale attuale di appartenenza, ovvero quello italiano. Per quanto riguarda la differenziazione culturale, il campione straniero è risultato diversificato ma ridotto. La bassa potenza statistica causa un limite nella lettura dei risultati, rendendoli poco generalizzabili. Relativamente al reclutamento, il campionamento dei partecipanti è stato

casuale ma limitato ad un solo istituto scolastico in una piccola città di provincia della regione Piemonte nel nord Italia; inoltre, il campione totale si è rivelato sbilanciato con più partecipanti femminili.

In riferimento ai risultati ottenuti e alle limitazioni emerse, sono possibili diverse considerazioni. Dal punto di vista empirico si potrebbe affermare che la presente ricerca ha supportato alcune evidenze emerse negli studi precedenti, contribuendo alla comprensione dell'impatto della cultura di riferimento sui processi di regolazione emotiva, con particolare attenzione anche all'analisi della qualità relazionale con i genitori e dello sviluppo sintomatologico in adolescenza. È stata messa in risalto l'importanza della relazione di attaccamento nello sviluppo sintomatologico, nelle credenze sulle emozioni e nelle capacità di regolazione emotiva in adolescenza, soprattutto relativamente alla cultura italiana e parzialmente a quella europea. Per quanto riguarda la cultura africana ed ecuadoriana/peruviana, invece, i risultati hanno evidenziato una differenza significativa che farebbe supporre l'esistenza di variazioni dovute alle diversità nei modelli culturali di riferimento. L'integrazione di ricerche più specifiche sui contesti africani e sudamericani, indaganti l'influenza del legame con i genitori sulle capacità di regolazione emotiva e sullo sviluppo sintomatologico, con un numero considerevole di partecipanti, potrebbe fornire dei risultati più sicuri e generalizzabili. Inoltre, la sintomatologia internalizzante e la disregolazione emotiva si sono rivelate correlate in quasi tutti i gruppi culturali oggetto dello studio, mostrandosi a conferma dei lavori svolti in precedenza che sostengono questa stretta relazione e la loro possibilità di condurre a problematiche psicopatologiche.

Questi risultati potrebbero rivelarsi utili in campo di ricerca per approfondire l'analisi delle differenze culturali nell'influenza sullo sviluppo emotivo e sintomatologico dell'adolescente all'interno del contesto dell'Italia settentrionale. In ambito clinico, lo

studio potrebbe contribuire alla comprensione delle diversità culturali nel legame tra genitori e figli, e nell'influenza sul conseguente sviluppo emotivo e sintomatologico dell'adolescente. La capacità di regolare le proprie emozioni si sviluppa attraverso la relazione con le figure di attaccamento, che possiedono valori educativi, stili comportamentali e credenze diverse in relazione alla cultura di riferimento. Risulta quindi fondamentale conoscere il contesto culturale di appartenenza per comprendere i rapporti interpersonali all'interno della famiglia e il conseguente sviluppo emotivo e sintomatologico dell'individuo. I risultati ottenuti relativamente al campione italiano potrebbero rivelarsi utili in ambito clinico per una maggiore comprensione del coinvolgimento dei genitori nello sviluppo adattivo del figlio. Di notevole importanza è anche il legame tra i sintomi e le difficoltà di regolazione emotiva, utile in ambito clinico per limitare il rischio di insorgenza di problematiche psicopatologiche.

Sulla base delle limitazioni identificate, si possono definire delle direzioni per gli studi futuri. Sarebbe interessante e utile testare un modello di mediazione attraverso l'utilizzo di un disegno di ricerca longitudinale che potrebbe consentire di ricavare e comparare risultati differenti derivanti da diverse misurazioni nel corso del tempo. Un modello longitudinale darebbe la possibilità di verificare in maniera più accurata le relazioni tra le variabili dello studio; si potrebbe associare alla somministrazione self-report anche una breve intervista per limitare gli effetti distorsivi. Si potrebbe inoltre pensare di migliorare la potenza statistica e la significatività dei risultati aumentando il numero di partecipanti del campione straniero, diversificando maggiormente anche la variabile relativa al genere. Per quanto concerne lo studio delle differenze culturali, si potrebbe inoltre pensare di inserire delle variabili più specifiche indaganti la cultura di provenienza e quella di riferimento attuale per esplorare i possibili effetti del processo di acculturazione. Sarebbero efficaci anche ulteriori studi per ampliare la ricerca sulle

credenze di controllabilità delle emozioni, le influenze della cultura di appartenenza su di esse e gli effetti sulla regolazione emotiva e lo sviluppo sintomatologico.

In conclusione, il presente studio si è proposto di analizzare l'impatto della cultura di provenienza sui processi di regolazione emotiva. In particolare, la ricerca ha messo in risalto diversi aspetti legati alla cultura di riferimento, tra cui la qualità del legame genitoriale e le credenze sulle emozioni, e ha osservato le relazioni con lo sviluppo emotivo e sintomatologico in adolescenza. Tra i contributi più significativi risaltano quindi le diversità tra alcune culture, principalmente quella italiana, europea e quella africana, sudamericana, nel ruolo ricoperto dalla qualità del legame genitoriale nell'influenza sulla capacità di regolazione emotiva e le credenze sulle emozioni, e lo sviluppo sintomatologico dell'adolescente. Un ulteriore risultato, riscontrato in quasi tutti i gruppi culturali, ad eccezione del solo campione europeo, riguarda la correlazione tra la sintomatologia internalizzante e la disregolazione emotiva suggerendo che indipendentemente dalla cultura di provenienza, importanti sintomi internalizzanti sarebbero predittivi di maggiori difficoltà di regolazione delle emozioni.

Bibliografia

- Abad, J., Forn, M., & Gómez, J. (2002). Emotional and Behavioral Problems as Measured by the YSR Gender and Age Differences in Spanish Adolescents, *European Journal of Psychological Assessment*. 18(2), 149–157. doi: 10.1027//1015-5759.18.2.157
- Albert, D., Chein, J., Steinberg, L. (2013). Peer influences on adolescent decision making. *Current Directions in Psychological Science*. 22(2), 114–120. doi: 10.1177/0963721412471347
- Aldao, A., Nolen-Hoeksema, S., Schweizer, S. (2010). Emotion-regulation strategies across psychopathology: A meta-analytic review. *Clinical Psychology Review*. 30(2), 217–237. doi: 10.1016/j.cpr.2009.11.004
- Arnold, M. B. (1960). *Emotion and personality*. Vol. 1. Psychological aspects. Columbia University Press.
- Axia, V., Bonichini, S., Moscardino, U. (2003). Dalle narrative parentali ai dati quantitativi. Etnoteorie parentali in famiglie italiane e nigeriane immigrate in Italia. In Poderico, C., Venuti, P., Marcone, R. (Eds.), *Diverse culture, bambini diversi?* (pp.119-140) Milano, Italy: Unicopli.
- Bacchini, D., Pastorelli, C., Thartori, E., Di Giunta, L., Miranda, M. C., Rothenberg, W. A. (2021). Four Domains of Parenting in Italy, in *Parenting Across Cultures from Childhood to Adolescence*. Routledge. doi: 10.4324/9781003027652-4
- Bacchini, D., Cirimele, F., Di Giunta, L., Pastorelli, C. (2024). Cultural values, parenting and child adjustment in Italy. *International Journal of Psychology*. 59(4), 540–549. doi: 10.1002/ijop.13105
- Bandura, A., Caprara, G.V., Barbaranelli, C., Gerbino, M., Pastorelli, C. (2003). Role of affective self-regulatory efficacy in diverse spheres of psychosocial functioning. *Child Development*. 74(3), 769–782. doi: 10.1111/1467-8624.00567

- Barrett, L. F., Ochsner, K. N., Gross J. J. (2007). On the automaticity of emotion, In Bargh, J. A. (Ed.), *Social psychology and the unconscious: The automaticity of higher mental processes* (pp. 173–217). Psychology Press.
- Barrett, L. F. (2017). *How Emotions are Made: The Secret Life of the Brain*, Houghton Mifflin Harcourt.
- Beauchaine, T. P. (2015). Future Directions in Emotion Dysregulation and Youth Psychopathology. *Journal of Clinical Child & Adolescent Psychology*. 44(5), 875–896. doi: 10.1080/15374416.2015.1038827
- Bordin, I. A., Rocha, M. M., Paula, C. S., Teixeira, M. C., Achenbach, T. M., Rescorla, L. A., Silveira E. F. (2013). Child Behavior Checklist (CBCL), Youth Self-Report (YSR) and Teacher's Report Form (TRF): an overview of the development of the original and Brazilian versions, *Cad. Saúde Pública*. 29(1), 13-28. doi: 10.1590/s0102-311x2013000100004
- Bornstein, M. H. (2017). The Specificity Principle in Acculturation Science, *Perspect on Psychological Science*. 12(1), 3–45. doi: 10.1177/1745691616655997
- Bornstein, M. H., Bernhard, J. K., Bradley, R. H., Chen, X., Farver, J. A. M., Gold, S. J., Hernandez, D. J., Spiel, C., Van de Vijver, F., Yoshikawa, H. (2019). Psychological acculturation: Perspectives, principles, processes, and prospects, In: Gold SJ, Nawyn SJ, eds., *The Routledge International Handbook of Migration Studies*, 2nd ed. New York: Routledge. 19-30. doi: 10.4324/9780203863299-12
- Bornstein, M. H., Bohr, Y., Hamel, K. (2020). Immigration, Acculturation, and Parenting. *Encyclopedia on Early Childhood Development*. 1-12.
- Brenning, K., Soenens, B., Van Petegem, S., Vansteenkiste, M. (2015). Perceived maternal autonomy support and early adolescent emotion regulation: A longitudinal study. *Social Development*. 24(3), 561–57. <https://doi.org/10.1111/sode.12107>

- Brenning, K., Soenens, B., Vansteenkiste, M., De Clercq, B., Antrop, I. (2022). Emotion Regulation as a Transdiagnostic Risk Factor for (Non)Clinical Adolescents' Internalizing and Externalizing Psychopathology: Investigating the Intervening Role of Psychological Need Experiences. *Child Psychiatry & Human Development*. 53(1), 124–136. doi: 10.1007/s10578-020-01107-0
- Brockmana, R., Ciarrochia, J., Parkera, P., Kashdan, T. (2016). Emotion regulation strategies in daily life: mindfulness, cognitive reappraisal and emotion suppression. *Cognitive Behaviour Therapy*. 46(2), 91-113. doi: 10.1080/16506073.2016.1218926
- Butler, E. A., Lee, T. L., Gross, J. J. (2009). Does Expressing Your Emotions Raise or Lower Your Blood Pressure? The Answer Depends on Cultural Context. *Journal of Cross-Cultural Psychology*. 40(3), 510–517.
- Calkins, S. D. (1994). Origins and outcomes of individual differences in emotion regulation. *Monographs of the Society for Research in Child Development*. 59(2-3), 53–72. <https://doi.org/10.1111/j.1540-5834.1994.tb01277.x>
- Caprara, G. V., Di Giunta, L., Eisenberg, N., Gerbino, M., Pastorelli, C., Tramontano, C. (2008). Assessing regulatory emotional self-efficacy in three countries. *Psychological Assessment*. 20(3), 227–237. <https://doi.org/10.1037/1040-3590.20.3.227>
- Caprara, G. V., Gerbino, M., Paciello, M., Di Giunta, L., & Pastorelli, C. (2010). Counteracting depression and delinquency in late adolescence: The role of regulatory emotional and interpersonal self-efficacy beliefs. *European Psychologist*. 15(1), 34–48. <https://doi.org/10.1027/1016-9040/a000004>
- Caprara, G. V., Scabini, E., & Barni, D. (2011). I valori degli italiani. In G. V. Caprara, E. Scabini, P. Steca, & S. H. Schwartz (Eds.), *I valori nell'Italia contemporanea*, (pp. 45–68).
- Caregiver. (n.d.). In Treccani <https://ww.treccani.it/vocabolario/ricerca/caregiver/>

- Cassidy, J. (1994). Emotion regulation: Influences of attachment relationships. *Monographs of the Society for Research in Child Development*, 59(2-3), 228–283. <https://doi.org/10.2307/1166148>
- Chan, S. M. (2012). Links between Chinese mothers' parental beliefs and responses to children's expression of negative emotions. *Early Child Development and Care*, 182(6), 723–739. <https://doi.org/10.1080/03004430.2011.578742>
- Claes, M., Lacourse, E., Bouchard, C., Perucchini, P. (2003). Parental practices in late adolescence, a comparison of three countries: Canada, France and Italy. *Journal of Adolescence*. 26(4), 387–399. [https://doi.org/10.1016/S0140-1971\(03\)00035-6](https://doi.org/10.1016/S0140-1971(03)00035-6)
- Clapham, R., & Brausch, A. (2024). Internalizing and Externalizing Symptoms Moderate the Relationship Between Emotion Dysregulation and Suicide Ideation in Adolescents. *Child Psychiatry & Human Development*. 55(2), 467–478. doi: 10.1007/s10578-022-01413-9
- Cole, P. M., Martin, S. E., & Dennis, T. A. (2004). Emotion Regulation as a Scientific Construct: Methodological Challenges and Directions for Child Development Research. *Child Development*. 75 (2), 317-333. doi: 10.1111/j.1467-8624.2004.00673.x
- Cole, P. M., & Tan, P. Z. (2007). Emotion Socialization from a Cultural Perspective. In J. E. Grusec & P. D. Hastings (Eds.), *Handbook of socialization: Theory and research* (pp. 516–542). The Guilford Press.
- Cole, P. M., Ramsook, K. A., Ram, N. (2015). Emotion dysregulation as a dynamic process. *Development and Psychopathology*. 31(3), 1191–1201. doi: 10.1017/S0954579419000695
- Compas, B. E., Jaser, S. S., Bettis, A. H., Watson, K. H., Gruhn, M. A., Dunbar, J. P., Williams, E., Thigpen, J. C. (2017). Coping, emotion regulation, and psychopathology in childhood and adolescence: a meta-analysis and narrative review. *Psychol Bull*. 143 (9), 939–991. doi: 10.1037/bul0000110

- Coppini, S., Lucifora, C., Vicario, C. M., Gangemi A. (2023). Experiments on real-life emotions challenge Ekman's model, *Scientific reports*, 13(1): 9511.
- Cristofanelli, S., Testa, S., Centonze, E., Baccini, G., Toniolo, F., Vavalle, V., Ferro, L. (2024). Exploring emotion dysregulation in adolescence and its association with social immaturity, self-representation, and thought process problems. *Frontiers in Psychiatry*. 23; 15:1320520. doi: 10.3389/fpsyg.2024.1320520
- Cumberland-Li, A., Eisenberg, N., Champion, C., Gershoff, E., Fabes, R. A. (2003). The Relation of Parental Emotionality and Related Dispositional Traits to Parental Expression of Emotion and Children's Social Functioning. *Motivation and Emotion*, 27(1).
- Cunningham, W. A., Zelazo, P. D. (2007). Attitudes and evaluations: A social cognitive neuroscience perspective. *Trends in Cognitive Sciences*. 11(3), 97–104. doi: 10.1016/j.tics.2006.12.005
- D'Atena, P., & Di Biase, M. C. (2010). Modelli parentali in famiglie immigrate: un contributo di ricerca. In *Atti del Convegno "Ricerca interculturale e processi di cambiamento: metodologie, risorse e aree critiche"*, Napoli, 52-54.
- Darling, N., & Steinberg, L. (1993). Parenting style as context: An integrative model. *Psychological Bulletin*, 113(3), 487–496. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.113.3.487>.
- Darwin, C. (1972). *The Expression of Emotion in Man and Animals*. John Murray. Albemarle Street, Londra.
- De Castella, K., Jazaieri, H., Michal, Z., Dweck, C. S., Gross, J. J. (2013). Beliefs About Emotion: Links to Emotion Regulation, Well-Being, and Psychological Distress. *Basic and Applied Social Psychology*. 35(6), 497-505. <https://doi.org/10.1080/01973533.2013.840632>

- De Leersnyder, J., Mesquita, B., Kim, H. S. (2011). Where do my emotions belong? A study of immigrants' emotional acculturation. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 37(4), 451–463. doi: 10.1177/0146167211399103
- Di Giunta, L., Iselin, A. M. R., Eisenberg, N., Pastorelli, C., Gerbino, M., Lansford, J. E., Dodge, K. A., Caprara, G. V., Bacchini, D., Tirado, L. M. U., Thartori, E. (2017). Measurement invariance and convergent validity of anger and sadness self-regulation among youth from six cultural groups. *Assessment* 24(4), 484–502. doi: 10.1177/1073191115615214
- Di Giunta, L., Iselin, A. M. R., Lansford, J. E., Eisenberg, N., Lunetti, C., Thartori, E., Basili, E., Pastorelli, C., Bacchini, D., Tirado, L. M. U., Gerbino, M. (2018). Parents' and early adolescents' self-efficacy about anger regulation and early adolescents' internalizing and externalizing problems: A longitudinal study in three countries. *Journal of Adolescence*. 64(1), 124–135. doi: 10.1016/j.adolescence.2018.01.009
- Di Giunta, L., Lunetti, C., Gliozzo, G., Rothenberg, W. A., Lansford, J. E., Eisenberg, N., Pastorelli, C., Basili, Fiasconaro, I., Thartori, E., E., Favini, A., Virzì, A. T. (2022). Negative Parenting, Adolescents' Emotion Regulation, Self-Efficacy in Emotion Regulation, and Psychological Adjustment. *International Journal of Environmental Research and Public Health*. 19(4):2251, 1-18. doi: 10.3390/ijerph19042251
- Di Maggio, R., Zappulla, C. (2014). Mothering, Fathering, and Italian Adolescents' Problem Behaviors and Life Satisfaction: Dimensional and Typological Approach. *Journal of Child and Family Studies*, 23(3), 567–580. <https://doi.org/10.1007/s10826-013-9721-6>
- Doan, T., Ong, D. C., Wu, Y. (2024). Emotion understanding as third-person appraisals: Integrating appraisal theories with developmental theories of emotion. *American Psychological Association*.

- Dunsmore, J. C., Her, P., Halberstadt, A. G., Perez-Rivera, M. B. (2009). Parents' beliefs about emotions and children's recognition of parents' emotions. *Journal of Nonverbal Behavior*, 33(2), 121–140. doi: 10.1007/s10919-008-0066-6
- Dweck, C. S., & Leggett, E. L. (1988). A social-cognitive approach to motivation and personality. *Psychological Review*, 95(2), 256 –273. <https://doi.org/10.1037/0033-295X.95.2.256>
- Dweck, C. S. (1999). *Self-theories: Their role in motivation, personality, and development*. Psychology Press.
- Eisenberg, N., Cumberland, A., Spinrad, T. L. (1998). Parental socialization of emotion. *Psychological Inquiry*. 9 (4), 241–273. doi: 10.1207/s15327965pli0904_1
- Ekman, P., & Friesen, W. V. (1971). Constants across cultures in the face and emotion. *Journal of personality and social psychology*. 17(2), 124.
- Ekman, P., & Friesen, W. V. (1986). new pan-cultural facial expression of emotion, *Motivation and emotion*. 10(2), 159–168.
- Ekman, P., & Heider, K. G. (1988). The universality of a contempt expression: A replication. *Motivation and emotion*. 12(3), 303–308.
- Elfenbein, H. A., & Ambady, N. (2002). On the universality and cultural specificity of emotion recognition: A meta-analysis. *Psychological Bulletin*. 128(2), 203–235. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.128.2.203>
- Emery, A. A., Heath, N. L., Mills, D. J. (2016). Basic psychological need satisfaction, emotion dysregulation, and non-suicidal self-injury engagement in young adults: An application of Self-Determination Theory. *Journal of Youth and Adolescence*. 45(3), 612–623. doi: 10.1007/s10964-015-0405-y

- Feldman, R. (2007). Parent–infant synchrony and the construction of shared timing; physiological precursors, developmental outcomes, and risk conditions. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*. 48 (3-4), 329–354. doi: 10.1111/j.1469-7610.2006.01701.x
- Fiske, A., Kitayama, S., Markus, H. R., & Nisbett, R. E. (1998). The cultural matrix of social psychology. In D. T. Gilbert, S. T. Fiske & G. Lindzey (Eds.), *The handbook of social psychology* (pp. 915–981). New York: McGraw-Hill.
- Fombouchet, Y., Pineau, S., Perchee, C., Lucenet, J., Lannegrand, L. (2023). The development of emotion regulation in adolescence: What do we know and where to go next? *Social Development Author manuscript*. 32(4), 1227–1242. <https://doi.org/10.1111/sode.12684>
- Ford, B. Q., Lwi, S. J., Gentzler, A. L., Hankin, B., Mauss, I. B. (2018). The cost of believing emotions are uncontrollable: Youths' beliefs about emotion predict emotion regulation and depressive symptoms. *Journal of Experimental Psychology: General*. 147(8), 1170–1190. doi: 10.1037/xge0000396
- Fosco, G. M., & Grych, J. H., (2012). Capturing the Family Context of Emotion Regulation: A Family Systems Model Comparison Approach. *Journal of Family Issues* 34(4), 557–578.
- Freud, S. (1915). *Metapsicologia*.
- Friedlmeier, W., Corapci, F., & Cole, P. M. (2011). Emotion socialization in cross-cultural perspective. *Social and Personality Psychology Compass*. 5(7), 410–427. <https://doi.org/10.1111/j.1751-9004.2011.00362.x>
- Galimberti, U. (2021). *Il libro delle emozioni, Serie Bianca, Feltrinelli*.
- Gennari, M. L., & Di Nuovo, S. (2011). *Incontro con l'altro: migrazioni e culture familiari. Strumenti per il lavoro psicologico*. Milano: Franco Angeli.
- Germani, A., Delvecchio, E., Li, J. B., Mazzeschi, C. (2020). The horizontal and vertical individualism and collectivism scale: Early evidence on validation in an Italian sample. *Journal of Child and Family Studies*, 29, 904–911. doi: 10.1007/s10826-019-01571-w

- Gorla, L., Rothenberg, W. A., Lansford, J. E., Yotanyamaneewong, S., Alampay, L. P., Al-Hassan, S. M., Bacchini, D., Bornstein, M. H., Breiner, K., Chang, L., Deater-Deckard, K., Di Giunta, L., Dodge, K. A., Gurdal, S., Junla, D., Oburu, P., Pastorelli, C., Santona, A., Skinner, A. T., ...Uribe Tirado, L. M. (2024). Individualism, collectivism and conformity in nine countries: Relations with parenting and child adjustment. *International Journal of Psychology*. 59(4), 598-610. doi: 10.1002/ijop.13130
- Gottman, J. M., Katz, L. F., Hooven, C. (1997). *Meta-emotion: How families communicate emotionally*, Lawrence Erlbaum Associates, Inc. <https://doi.org/10.4324/9780203763568>
- Gratz, K. L., & Roemer, L., Multidimensional assessment of emotion regulation and dysregulation: development, factor structure, and initial validation of the difficulties in emotion regulation scale. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*. 26(1), 41–54. <https://doi.org/10.1023/B:JOB.A.0000007455.08539.94>
- Gross, J. J. (1998). The emerging field of emotion regulation: An integrative review. *Review of General Psychology*. 2(3), 271–299. <https://doi.org/10.1037/1089-2680.2.3.271>
- Gross, J. J., & John, O. P. (2003). Individual differences in two emotion regulation processes: Implications for affect, relationships, and well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 85(2), 348–362. doi: 10.1037/0022-3514.85.2.348
- Gross, J. J., Jazaieri, H. (2014). Emotion, emotion regulation, and psychopathology: An affective science perspective. *Clinical Psychological Science*. 2(4), 387–401. <https://doi.org/10.1177/2167702614536164>
- Gross, J. J. (2015). Emotion Regulation: Current Status and Future Prospects, *Psychological Inquiry*. 26 (1). 1–26, <https://doi.org/10.1080/1047840X.2014.940781>
- Gunzenhauser, C., Heikamp, T., Gerbino, M., Alessandri, G., Von Suchodoletz, A., Di Giunta, L., Trommsdorff, G. (2013). Self-efficacy in regulating positive and negative emotions:

- A validation study in Germany. *European Journal of Psychological Assessment*. 29(3), 197–204. <https://doi.org/10.1027/1015-5759/a000151>
- Halberstadt, A. G., Thompson, J. A., Parker, A. E., Dunsmore, J. C. (2008). Parents' emotion-related beliefs and behaviours in relation to children's coping with the 11 September 2001 terrorist attacks. *Infant and Child Development*, 17(6), 557–580. <https://doi.org/10.1002/icd.569>
- Harder, A. T., Knorth, E. J., & Kalverboer, M. E. (2012). A secure base? The adolescent–staff relationship in secure residential youth care. *Child and Family Social Work*. 17(3), 1-13. doi:10.1111/j.1365-2206.2012.00846.x
- Hayes, S. C., Strosahl, K. D., Wilson, K. G. (1999). *Acceptance and commitment therapy: An experiential approach to behavior change*. New York: Guilford Press.
- Herd, T., King-Casas, B., Kim-Spoon, J. (2020). Developmental Changes in Emotion Regulation during Adolescence: Associations with Socioeconomic Risk and Family Emotional Context. *Journal of Youth and Adolescence*, 49 (7), 1545–1557.
- Herd, T., & Kim-Spoon, J. (2021). A Systematic Review of Associations Between Adverse Peer Experiences and Emotion Regulation in Adolescence. *Clinical Child and Family Psychology Review*, 24 (1), 141–163. [10.1007/s10567-020-00337-x](https://doi.org/10.1007/s10567-020-00337-x)
- Hoffman, C., Crnic, K. A., Baker, J. K. (2006). Maternal Depression and Parenting: Implications for Children's Emergent Emotion Regulation and Behavioral Functioning. *Parenting: Science and Practice*, 6(4), 271–295. https://doi.org/10.1207/s15327922par0604_1
- Hofstede, G. (1980). *Culture's Consequences: International Differences in Work-Related Values*. Beverly Hills, London: Sage Publications.
- Hofstede, G. (2001). *Culture's Consequences: Comparing Values, Behaviors, Institutions and Organizations across Nations*. *Behaviour Research and Therapy*. 41(7). doi:10.1016/S0005-7967(02)00184-5

- Hofstede, G., Hofstede, G. J., & Minkov, M. (2010). *Cultures and Organizations: Software of the Mind* (Rev. 3rd ed.). New York: McGraw-Hill.
- Hofstede, G. (2011). Dimensionalizing cultures: The Hofstede model in context. *Online Readings in Psychology and Culture*, 2(1), 1–26. <https://doi.org/10.9707/2307-0919.1014>
- Hofstede, G. (2023). Hofstede insights: Country comparison tool. Hofstede-Insights. <https://www.theculturefactor.com/country-comparison-tool>.
- Huang, F. L., Lewis, C., Cohen, D. R., Prewett, S., Herman, K. (2018). Bullying Involvement, Teacher–Student Relationships, and Psychosocial Outcomes, *School Psychology Quarterly: The Official Journal of the Division of School Psychology*. American Psychological Association, 33 (2), 223–234.
- Idang, G. E. (2015). African culture and values. 16(2), 97–111. doi:10.25159/2413-3086/3820.
- James, W. (1890). *The Principles of Psychology*, Henry Holt and Company. Vol.2.
- Johnston, T. E., McEvoy, P. M., Gross, J. J., Becerra, R., Preece, D. A. (2024). The Emotion Beliefs Questionnaire: Psychometric properties, norms, and links to affective outcomes. *Journal of Affective Disorders*. 1;356, 577–585. doi: 10.1016/j.jad.2024.04.002
- Kerr, K. L., Ratliff, E. L., Cosgrove, K. T., Bodurka, J., Morris, A. S., Simmons, W. K. (2019). Parental influences on neural mechanisms underlying emotion regulation, *Trends in Neuroscience and Education*, 16 :100118, 8–13. doi: 10.1016/j.tine.2019.100118
- Kim, Y., Deci, E. L., Zuckerman, M. (2002). The development of the self- regulation of withholding negative emotions questionnaire. *Educational and Psychological Measurement*. 62(2), 316–336. <https://doi.org/10.1177/0013164402062002008>
- Kim, H. S., & Sherman, D. K. (2007). "Express Yourself": Culture and the Effect of Self-Expression on Choice. *Journal of Personality and Social Psychology*, 92(1), 1–11. doi: 10.1037/0022-3514.92.1.1

- Kim, J., & Cicchetti, D. (2010). Longitudinal pathways linking child maltreatment, emotion regulation, peer relations, and psychopathology. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*. 51(6), 706–716. doi: 10.1111/j.1469-7610.2009.02202.x
- Kim, H. S., & Sasaki, J. Y. (2012). Emotion Regulation: The Interplay of Culture, and Genes, Social and Personality Psychology Compass. 6(12), 865–877. <https://doi.org/10.1111/spc3.12003>
- Kim C., Lee J. (2023). A Structure of basic emotions: A review of basic emotion theories using an emotionally fine-tuned language model. Annual Meeting of the Cognitive Science Society.
- Kitayama, S., Mesquita, B., & Karasawa, M., Cultural affordances and emotional experience: Socially engaging and disengaging emotions in Japan and the United States. *Journal of Personality and Social Psychology*. 91(5), 890-903. doi: 10.1037/0022-3514.91.5.890.
- Kleinginna, P. R., & Kleinginna, A. M. (1981). A Categorized List of Emotion Definitions, with Suggestions for a Consensual Definition. *Motivation and Emotion*. 5 (4), 345-379. <https://doi.org/10.1007/BF00992553>
- Kneeland, E. T., Nolen-Hoeksema, S., Dovidio, J. F., Gruber, J. (2016). Beliefs about emotion's malleability influence state emotion regulation. *Motivation and Emotion*. 40(5), 740–749. <https://doi.org/10.1007/s11031-016-9566-6>
- Kwon, H., Yoon, K. L., Joormann, J., Kwon, J. H. (2013). Cultural and gender differences in emotion regulation: relation to depression. *Cognition and Emotion*. 27(5), 769-82. doi: 10.1080/02699931.2013.792244
- Laird, J. D. & Lacasse, K. (2014). Bodily Influences on Emotional Feelings: Accumulating Evidence and Extensions of William James's Theory of Emotion, *Emotion Review*. 6 (1), 27-34. <https://doi.org/10.1177/1754073913494899>

- Lansford, J. E., Rothenberg, W. A., Jensen, T. M., Lippold, M. A., Bacchini, D., Bornstein, M. H., Chang, L., Deater-Deckard, K., Di Giunta, L., Dodge, K. A., Malone, P. S., Oburu, P., Pastorelli, C., Skinner, A. T., Sorbring, E., Steinberg, L., Tapanya, S., Uribe Tirado, L. M., Alampay, L. P., Al-Hassan, S. M. (2018). Bidirectional Relations Between Parenting and Behavior Problems From Age 8 to 13 in Nine Countries. *Journal of Research on adolescence*. 28(3), 571-590. doi: 10.1111/jora.1238
- Lansford, J. E., Zietz, S., Al-Hassan, S. M., Bacchini, D., Bornstein, M. H., Chang, L., Deater-Deckard, K., Di Giunta, L., Dodge, K. A., Gurdal, S., Liu, Q., Long, Q., Oburu, P., Pastorelli, C., Skinner, A. T., Sorbring, E., Tapanya, S., Steinberg, L., Tirado, L. M. U.,...Alampay, L. P. (2021). Culture and social change in mothers' and fathers' individualism, collectivism and parenting attitudes. *Social Sciences*, 10(12), 1–20. doi: 10.3390/socsci10120459
- Lazarus, R. S. (1991). *Emotion and adaptation*. Oxford University Press. <https://doi.org/10.1093/oso/9780195069945.001.0001>
- Leahym, R. L., Tirch, D., Napolitano, L., A. (2018). *La regolazione delle emozioni in psicoterapia. Guida pratica per il professionista*, Erickson.
- Leerkes, E. M., Blankson, A. N., & O'Brien, M. (2009). Differential Effects Of Maternal Sensitivity To Infant Distress And Non-Distress On Social-Emotional Functioning. *Child Development Author Manuscript*. 80(3), 762–775. doi: 10.1111/j.1467-8624.2009.01296.x
- Lim, N. (2016). Cultural differences in emotion: differences in emotional arousal level between the East and the West. *Integrative Medicine Research*. 5(2), 105-109. doi: 10.1016/j.imr.2016.03.004

- Liu, J. (2004). Childhood Externalizing Behavior: Theory and Implications, *Journal of Child and Adolescent Psychiatric Nursing*. 17(3), 93–103. doi: 10.1111/j.1744-6171.2004.tb00003.x
- Markus, H. R., & Kitayama, S. (1991). Culture and the self: Implications for cognition, emotion, and motivation. *Psychological Review*. 98(2), 224–253. <https://doi.org/10.1037/0033-295X.98.2.224>
- Matsumoto, D. (2006). Are cultural differences in emotion regulation mediated by personality traits? *Journal of Cross-Cultural Psychology*. 37(4), 421-437. <https://doi.org/10.1177/0022022106288478>
- Matsumoto, D., Yoo, S. H., Nakagawa, S., 37 members of the Multinational Study of Cultural Display Rules. (2008). Culture, emotion regulation, and adjustment. *Journal of Personality and Social Psychology*, 94(6), 925–937. doi: 10.1037/0022-3514.94.6.925
- Mauro, R., Sato, K., Tucker, J. (1992). The role of appraisal in human emotions: A cross-cultural study. *Journal of Personality and Social Psychology*, 62(2), 301-317. doi: 10.1037//0022-3514.62.2.301
- Mcfarlane, J. M. (2024). *Theories of Emotions*, Introduction to Psychology.
- McRae, K., & Gross, J. J. (2020). Emotion Regulation, American Psychological Association. 20(1), 1–9. doi: 10.1037/emo0000703
- Mesquita, B., & Leu, J. (2007). The cultural psychology of emotions. In S. Kitayama & D. Cohen (Eds.), *Handbook for cultural psychology* (pp. 734-759). The Guilford Press.
- Michael, M. T. (2020). Unconscious emotion and free-energy: A philosophical and neuroscientific exploration. *Frontiers in psychology*. 21; 11:984. doi: 10.3389/fpsyg.2020.00984

- Miranda, M. C., Bacchini, D., Bombi, A. S., Di Giunta, L., Pastorelli, C., Lansford, J. E. (2012). Maternal acceptance–rejection and psychological adjustment in childhood: comparison between mother and child perspective. pp. 61-76.
- Miranda, M. C., Affuso, G., Esposito, C., & Bacchini, D. (2016). Parental acceptance–rejection and adolescent maladjustment: Mothers’ and fathers’ combined roles. *Journal of Child and Family Studies*. 25(4), 1352–1362. <https://doi.org/10.1007/s10826-015-0305-5>
- Morris, A. S., Silk, J. S., Steinberg, L., Myers, S. S., Robinson, L. R. (2007). The Role of the Family Context in the Development of Emotion Regulation. *Social Development Author Manuscript*, 16(2): 361–388.
- Moumne, S., Petrovic, J., Heath, N. L. (2024). Dimensions of Emotion Regulation as Mediators of the Relationship Between Emotion Controllability Beliefs With Stress and Well-Being. *Psychological Reports*. 0(0) 1–19. doi: 10.1177/00332941241287420
- Myers, G. E. (1969). William James’s Theory of Emotion. *Transactions of the Charles S. Peirce Society*. 5(2), 67–89. <http://www.jstor.org/stable/40319566>
- Norbotayevna, A. A. (2024). General theoretical issues in the study of emotions in psychology and linguistics, *Journal of Science, Research and Teaching*. 3(4).
- Noroña, A. N., Tung, I., Lee, S. S., Blacher, J., Crnic, K. A., Baker, B. L. (2018). Developmental patterns of child emotion dysregulation as predicted by serotonin transporter genotype and parenting. *Journal of Clinical Child and Adolescent Psychology*. 47(sup1): S354-S368. doi: 10.1080/15374416.2017.1326120
- Ogihara, Y (2017). Temporal changes in individualism and their ramification in Japan: Rising individualism and conflicts with persisting collectivism. *Frontiers in Psychology* 23: 695. doi: 10.3389/fpsyg.2017.00695
- Ortony, A., Clore, G. L., Collins, A. (2022). *The cognitive structure of emotions*, second edition, Cambridge University Press. <https://doi.org/10.1017/9781108934053>

- Parker, A. E., Halberstadt, A. G., Dunsmore, J. C., Townley, G., Bryant, A., Jr, Thompson, J. A., Beale, K. S. (2012). Emotions are a window into one's heart: A qualitative analysis of parental beliefs about children's emotions across three ethnic groups. *Monographs of the Society for Research in Child Development*, 77(3), 1–136. doi: 10.1111/j.1540-5834.2012.00676.x
- Paulus, F. W., Ohmann, S., Möhler, E., Plener, P., Popow, C. (2021). Emotional Dysregulation in Children and Adolescents With Psychiatric Disorders. A Narrative Review. *Frontiers in Psychiatry*. 25; 12:628252. doi: 10.3389/fpsy.2021.628252
- Pinquart, M. (2017a). Associations of parenting dimensions and styles with externalizing problems of children and adolescents: An updated meta-analysis. *Developmental Psychology*. 53(5), 873–932. doi: 10.1037/dev0000295
- Pinquart, M. (2017b). Associations of parenting dimensions and styles with internalizing behaviors in children and adolescents: A meta-analysis. *Marriage & Family Review*, 53(7), 613–640. doi: 10.1080/01494929.2016.1247761
- Pinquart, M., & Kauser, R. (2018). Do the associations of parenting styles with behavior problems and academic achievement vary by culture? Results from a meta-analysis. *Cultural Diversity and Ethnic Minority Psychology*, 24(1), 75–100. doi: 10.1037/cdp0000149
- Plutchik, R. (1980). A general psychoevolutionary theory of emotion. In *Theories of emotion*. Elsevier. 3–33. <https://doi.org/10.1016/B978-0-12-558701-3.50007-7>
- Plutchik, R. (2001). The nature of emotions: Human emotions have deep evolutionary roots, a fact that may explain their complexity and provide tools for clinical practice. *American Scientist*. 89(4), 344–350.
- Poderico, C., Venturi, P., Marcone, R. (2003). *Diverse culture, bambini diversi? Modalità di parenting e studi cross-culturali a confronto*. Milano: Unicopli.

- Qu, Y., & Telzer, E. H. (2017). Cultural Differences and Similarities in Beliefs, Practices, and Neural Mechanisms of Emotion Regulation, Cultural Diversity and Ethnic Minority Psychology. 23(1), 36 – 44. doi: 10.1037/cdp0000112
- Ramzan, N., & Amjad, N. (2017). Cross Cultural Variation in Emotion Regulation: A Systematic Review. Institute of Applied Psychology. 23(1). doi: 10.21649/akemu.v23i1.1512
- Raval, V. V., & Walker, B. L. (2019). Unpacking ‘culture’: Caregiver socialization of emotion and child functioning in diverse families. *Developmental Review*, 51, 146–174. <https://doi.org/10.1016/j.dr.2018.11.001>
- Reisenzein, R. (1992). A structuralist reconstruction of Wundt's three-dimensional theory of emotion, In H. Westmeyer (Ed.). *The structuralist program in psychology: Foundations and applications*, Toronto: Hogrefe & Huber Publisher. 141-189.
- Rogier, G., Cavalli, R. G., Maggiolo, C., Velotti, P. (2023). Factorial Structure of the Emotional Beliefs Questionnaire: Testing Measurement Invariance and Competitive Models. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*. 45(6), 558–571. doi: 10.1007/s10862-023-10038-8
- Rogoff, B. (2003). *The cultural nature of human development*. Oxford University Press.
- Rosenwein, B. H. (2016). *Generazioni di sentimenti: Una storia delle emozioni, 600-1700*, Traduzione e cura di Riccardo Cristiani, Viella Libreria Editrice.
- Rossi, A. A., Panzeri, A., Mannarini, S. (2023). The Italian Version of the Difficulties in Emotion Regulation Scale – Short Form (IT-DERS-SF): A Two-step Validation Study. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*. 45(2), 572–590. doi: 10.1007/s10862-022-10006-8
- Roth, G. & Assor, A. (2012). The costs of parental pressure to express emotions: Conditional regard and autonomy support as predictors of emotion regulation and intimacy. *Journal of Adolescence*. 35(4), 799–808. doi: 10.1016/j.adolescence.2011.11.005

- Roth, G., Shahar, B. H., Zohar-Shefer, Y., Benita, M., Moed, A., Bibi, U., Kanat-Maymon, Y., Ryan, R. M. (2018). Benefits of emotional integration and costs of emotional distancing. *Journal of Personality*. 86(6), 919–934. doi: 10.1111/jopy.12366
- Roth, G., Vansteenkiste, M., Ryan, R. M. (2019). Integrative emotion regulation: Process and development from a self-determination theory perspective. *Development and Psychopathology*. 31(3), 945-956. doi: 10.1017/S0954579419000403
- Rothenberg, W. A., Lansford, J. E., Peña Alampay, L., Al-Hassan, S. M., Bacchini, D., Bornstein, M. H., Chang, L., Deater-Deckard, K., Di Giunta, L., Dodge, K. A., Malone, P. S., Oburu, P., Pastorelli, C., Skinner, A. T., Sorbring E., Steinberg, L., Tapanya, S., Uribe Tirado, L. M., Yotanyamaneewong, S. (2020). Examining effects of mother and father warmth and control on child externalizing and internalizing problems from age 8 to 13 in nine countries, *Development and Psychopathology*. 32(3), 1113–1137. doi: 10.1017/S0954579419001214
- Rudy, D., & Grusec, J. E. (2006). Authoritarian parenting in individualist and collectivist groups: Associations with maternal emotion and cognition and children's self-esteem. *Journal of Family Psychology*, 20(1), 68–78. doi: 10.1037/0893-3200.20
- Ryan, R. M., Deci, E. L., Grolnick, W. S., La Guardia, J. G. (2006). The significance of autonomy and autonomy support in psychological development and psychopathology. In Cicchetti, D., & Cohen, D. (Eds), *Developmental psychopathology: Vol 1, Theory and methods* (2nd ed., pp. 795–849). Wiley, New York.
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2017). *Self-determination theory: Basic psychological needs in motivation, development, and wellness*. The Guilford Press. <https://doi.org/10.1521/978.14625/28806>

- Rydell, A. M., Thorell, L. B., Bohlin, G. (2007). Emotion regulation in relation to social functioning: An investigation of child self-reports. *European Journal of Developmental Psychology*. 4(3), 293–313. <https://doi.org/10.1080/17405620600783526>
- Saarni, C. (1999). *The Development of emotional competence*. The Guilford Press, New York.
- Sahi, R. S., Eisenberger, N. I., Silvers, J. A. (2023). Peer facilitation of emotion regulation in adolescence. *Developmental Cognitive Neuroscience*. 62:101262. doi: 10.1016/j.dcn.2023.101262
- Scarzello, D., & Arace, A. (2012). Hybrid Forms of Parenting Between Cultural Continuity and New Models. *International Journal of Developmental and Educational Psychology INFAD Revista de Psicología*. 1(1), 215-224.
- Schachter, S., & Singer, J. (1962). Cognitive, social, and physiological determinants of emotional state, *Psychological Review*. 69(5), 379–399. <https://doi.org/10.1037/h0046234>
- Schachter, S., Singer, J. (2015). Cognitive, social, and physiological determinants of emotional state. *Psychological Review*. 69(5), 379–399.
- Schäfer, J. Ö., Naumann, E., Holmes, E. A., Tuschen-Caffier, B., Samson, A. C. (2017). Emotion Regulation Strategies in Depressive and Anxiety Symptoms in Youth: A Meta-Analytic Review. *Journal of Youth Adolescence*. 46(2), 261–276. doi: 10.1007/s10964-016-0585-0
- Scherer, K. (1997). The role of culture in emotion antecedent appraisal. *Journal of Personality and Social Psychology*, 73(5), 902-922. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.73.5.902>
- Schwarz, B., Mayer, B., Trommsdorff, G., Ben-Arieh, A., Friedlmeier, M. (2012). Does the Importance of Parent and Peer Relationships for Does the Importance of Parent and Peer Relationships for Adolescents' Life Satisfaction Vary Across Cultures? Adolescents' Life Satisfaction Vary Across Cultures? Peer Reviewed Articles. *Journal of Early Adolescence*. 32(1), 55–80. <https://doi.org/10.1177/0272431611419508>

- Senese, V. P., Poderico, C., Venuti, P. (2003). Credenze parentali sulla relazione genitori-figli. In Poderico C., Venuti P. Marcone R. (a cura di), *Diverse culture, bambini diversi? Modalità di parenting e studi cross-culturali a confronto* (pp. 57-70). Milano: Unicopli.
- Sgritta, G. B. (1988). The Italian family: Tradition and change. *Journal of Family Issues*. 9(3), 372-396. doi: 10.1177/019251388009003006
- Sheppes, G., Suri, G., Gross, J. J. (2015). Emotion Regulation and Psychopathology. *The Annual Review of Clinical Psychology*. 11: 379–405. doi: 10.1146/annurev-clinpsy-032814-112739
- Shields, A., Cicchetti, D., Ryan, R. M. (1994). The development of emotional and behavioral self-regulation and social competence among maltreated school-age children. *Development and Psychopathology*. 6(1), 57–75. doi: 10.1017/S0954579400005885.
- Silvers, J. A. (2022). Adolescence as a pivotal period for emotion regulation development. *Current Opinion in Psychology*. 44: 258–263. <https://doi.org/10.1016/j.copsy.2021.09.023>
- Singelis, T. M., Triandis, H. C., Bhawuk, D. R. S., Gelfand, M. J. (1995). Horizontal and Vertical Dimensions of Individualism and Collectivism: A Theoretical and Measurement Refinement. *Cross-Cultural Research*. 29(3), 240–275. <https://doi.org/10.1177/106939719502900302>
- Skutch, J. M., Wang, S. B., Buqo, T., Haynos, A. F., Papa, A. (2019). Which Brief Is Best? Clarifying the Use of Three Brief Versions of the Difficulties in Emotion Regulation Scale. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*. 41(3), 485-494. doi: 10.1007/s10862-019-09736-z
- Somerville, M. P., MacIntyre H., Harrison A., Mauss I. B. (2024). Emotion Controllability Beliefs and Young People’s Anxiety and Depression Symptoms: A Systematic Review, *Adolescent Research Review*. 9(1), 33–51. doi: 10.1007/s40894-023-00213-z

- Springstein, T., & English, T. (2024). Distinguishing Emotion Regulation Success in Daily Life From Maladaptive Regulation and Dysregulation. *Personality and Social Psychology Review*, 28(2), 209–224. doi: 10.1177/10888683231199140
- Super, C., & Harkness, S. (2002). Culture structures the environment for development. *Human Development*, 45(4), 270–274. <https://doi.org/10.1159/000064988>
- Tamir, M., John, O. P., Srivastava, S., Gross, J. J. (2007). Implicit theories of emotion: Affective and social outcomes across a major life transition. *Journal of Personality and Social Psychology*, 92(4), 731–744. doi: 10.1037/0022-3514.92.4.731
- Tani, F., Pascuzzi, D., & Raffagnino, R. (2018). The relationship between perceived parenting style and emotion regulation abilities in adulthood. *Journal of Adult Development*, 25(1), 1–12. <https://doi.org/10.1007/s10804-017-9269-6>
- Thompson, R. A. (1994). Emotion regulation: A theme in search of definition. *Monographs of the Society for Research in Child Development*, 59(2-3), 25-52.
- Thompson, R. A., Calkins, S. D. (1996). The double-edged sword: Emotional regulation for children at risk. *Development and Psychopathology*, 8 (1), 163–182. <https://doi.org/10.1017/S0954579400007021>
- Thornback, K., & Muller, R. T. (2015). Relationships among emotion regulation and symptoms during trauma-focused CBT for school-aged children. *Child Abuse and Neglect*, 50: 182–192. doi: 10.1016/j.chiabu.2015.09.011
- Triandis, H. C. (1994). Theoretical and methodological approaches to the study of collectivism and individualism. In U. Kim, H. C. Triandis, C. Kagitcibasi, S.-C. Choi, & G. Yoon (Eds.), *Individualism and collectivism. Theory, methods, and applications* (pp. 41-51). Thousand Oaks, CA: SAGE.
- Triandis, H. C. (1995). *Individualism & collectivism*. Westview Press.

- Triandis, H. C., & Gelfand, M. J. (1998). Converging Measurement of Horizontal and Vertical Individualism and Collectivism, *Journal of Personality and Social Psychology*. 74(1), 118-128. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.74.1.118>
- Trommsdorff G., Cole, P. M., & Heikamp, T. (2012). Cultural Variations in Mothers' Intuitive Theories: a preliminary report on interviewing mothers from five nations about their socialization of children's emotions. *Global Studies of Childhood* 2(2), 158-169. doi: 10.2304/gsch.2012.2.2.158
- Trommsdorff, G., & Heikamp, T. (2013). Socialization of emotions and emotion regulation in cultural context. In S. Barnow & N. Balkir (Eds.), *Cultural variations in psychopathology: From research to practice* (pp. 67–92), chapter 4, Hogrefe Publishing.
- Vanhalst, J., Luyckx, K., Van Petegem, S., Soenens, B. (2018). The Detrimental Effects of Adolescents' Chronic Loneliness on Motivation and Emotion Regulation in Social Situations, *Journal of Youth and Adolescence*. 47, 162–176.
- Victor, S. E., & Klonsky, E. D. (2016). Validation of a Brief Version of the Difficulties in Emotion Regulation Scale (DERS-18) in Five Samples. *Journal of Psychopathology and Behavioural Assessment*. 38(4), 582-589. <https://doi.org/10.1007/s10862-016-9547-9>
- Wang, S., & Tamis-LeMonda, C. S. (2003). Do child-rearing values in Taiwan and the United States reflect cultural values of collectivism and individualism? *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 34(6), 629–642. <https://doi.org/10.1177/0022022103255498>
- Whissell, C. (2023). *Engaging with Emotion*, Springer International Publishing.
- Wundt W. (1896). *Grundriss der Psychologie Outlines of Psychology*. Lipsia, W. Engelmann, New York, G.E. Stechert.
- Yang, Y., & Wang, Q. (2019). Culture in Emotional Development, in *Handbook of Emotional Development* (pp. 569-594). Springer Nature Switzerland AG. https://doi.org/10.1007/978-3-030-17332-6_22

- Yuki, M., Maddux, W. W., Masuda, T. (2007). Are the windows to the soul the same in the east and west? Cultural differences in using the eyes and mouth as cues to recognize emotions in Japan and the United States. *Journal of Experimental Social Psychology*. 43(2), 303–31. <https://doi.org/10.1016/j.jesp.2006.02.004>
- Zegers, M. A. M., Schuengel, C., Van Ijzendoorn, M. H., Janssens, J. M. A. M. (2006). Attachment Representations of Institutionalized Adolescents and Their Professional Caregivers: Predicting the Development of Therapeutic Relationships, *American Journal of Orthopsychiatry*. 76(3), 325-334. <https://doi.org/10.1037/0002-9432.76.3.325>