

# Legami tossici Alleiamoci per arginarli\*

Daniele  
Nappo\*



**L**e relazioni tossiche tra adolescenti non sono un fenomeno marginale. Psicologi, pedagogisti e le più recenti ricerche italiane evidenziano come molti ragazzi faticano a distinguere tra amore, controllo e dipendenza affettiva. Spesso comportamenti possessivi vengono interpretati come prove d'amore. I segnali più frequenti secondo gli psicologi sono il controllo costante del cellulare e dei social, la gelosia eccessiva considerata "normale". I dati più recenti mostrano un quadro preoccupante: un adolescente su quattro dichiara di aver subito atteggiamenti violenti all'interno di una relazione. Più di uno su dieci riferisce esperienze di violenza fisica da parte del partner. Le ragazze tra i 16 e i 24 anni rappresentano oggi la fascia maggiormente esposta: il 37,6% dichiara di aver subito almeno una violenza fisica o sessuale negli ultimi cinque anni. Oggi molte relazioni tossiche si sviluppano anche online con richieste insistenti di geolocalizzazione, continuo controllo dell'ultimo accesso, imposizione di pubblicare foto insieme. Cosa può fare la scuola? Il tema è educativo. Gli psicologi sottolineano che la prevenzione passa attraverso il tema dell'educazione affettiva e sentimentale, il riconoscimento delle emozioni, l'educazione al consenso e al rispetto, lo sviluppo dell'autostima e infine la creazione di spazi di ascolto con figure adulte. Molti adolescenti non cercano una relazione tossica: vogliono sentirsi importanti, riconosciuti e amati. Il problema nasce quando confondono il controllo con l'amore e la dipendenza con il legame affettivo. Educare i ragazzi a distinguere queste differenze è oggi una delle sfide più importanti. La scuola svolge un ruolo fondamentale in questo percorso. Anche la famiglia ha una responsabilità importante, perché rappresenta il primo ambiente nel quale i ragazzi apprendono il rispetto, l'ascolto e la capacità di dialogare con gli altri.

\*Scuola Freud Milano