

La pressione del «branco»: 8 adolescenti su dieci assillati dal bisogno di appartenenza di Valentina Santarpia

L'indagine effettuata in due anni, con questionari anonimi, su 2550 studenti tra gli 11 e i 18 anni in 13 istituti scolastici della Campania (Fonte: <https://www.corriere.it/> 29 settembre 2026)



«Se non lo faccio, resterò fuori?»: è la domanda che attraversa le risposte degli adolescenti, sempre più spesso condizionati dalla necessità di adeguarsi al gruppo, anche quando mette in atto dinamiche aggressive e violente. Lo rivela l'indagine effettuata dalla [Fondazione I figli degli altri](#), che ha coinvolto tra il 2024 e il 2026 circa 2500 studenti tra gli 11 e i 18 anni in 13 istituti scolastici della Campania. L'indagine ha preso in esame alcune delle principali forme di rischio che attraversano oggi l'esperienza adolescenziale: **violenza tra pari, condotte aggressive, dinamiche di gruppo e comportamenti problematici nell'ambiente digitale, dal cyberbullismo alla diffusione non consensuale di contenuti intimi, fino alle diverse forme di esposizione e vulnerabilità online.**

Ma soprattutto ha cercato di individuare i [meccanismi psicologici](#) che portano a certi comportamenti: «**Comportamenti apparentemente molto diversi possono rispondere, almeno in parte, a funzioni psicologiche comuni** - spiega la presidente della Fondazione, la psicologa e psicoterapeuta **Rosetta Cappelluccio** -. Un ragazzo può agire per ridurre un'emozione difficile, evitare una situazione vissuta come minacciosa, sottrarsi alla vergogna o non sentirsi escluso dal gruppo. È su questi processi che vogliamo intervenire, offrendo strumenti concreti per riconoscere ciò che si prova, tollerare le emozioni intense, valutare le conseguenze delle proprie scelte e individuare strategie alternative». I risultati parlano chiaro: il [bisogno di appartenenza](#) compare tra l'80 e l'88% dei questionari anonimi analizzati; le difficoltà nella gestione della pressione dei

pari tra il 60 e il 78%. Il forte impatto emotivo raggiunge valori compresi tra l'85 e il 96%, in pratica quasi la totalità, mentre le strategie di **coping evitante**, **quelle di difesa psicologica** in cui una persona cerca di allontanarsi fisicamente, mentalmente o emotivamente da una situazione stressante o da emozioni difficili, ricorrono tra il 70 e l'80%. Stessa percentuale anche per la richiesta di adulti di riferimento.

Pensieri come «Mi stanno escludendo», «Devo dimostrare di essere all'altezza» o «Se non reagisco sarò giudicato» possono attivare paura, rabbia e vergogna. Quando mancano strategie alternative, l'adolescente può rispondere con evitamento, conformismo, aggressività, impulsività o silenzio. Ed è proprio su questo che cerca di agire il progetto Parla (**Prevenzione, Aggressività, Rischi, Legalità, Abusi**): non limitarsi a dire ai ragazzi che cosa non devono fare, ma rafforzare le competenze che permettono loro di scegliere diversamente. **L'obiettivo è trasformare i risultati della ricerca in un modello di prevenzione replicabile e applicabile in contesti scolastici diversi.** La prevenzione, però, «non può riguardare soltanto l'adolescente - sottolinea Cappelluccio - . Deve coinvolgere l'intera rete educativa: dalla famiglia alla scuola fino alle altre figure significative, affinché essa sia in grado di offrire ascolto e sostegno, promuovendo al tempo stesso autonomia decisionale e sviluppo delle capacità di regolazione emotiva».