

Introduzione

1. La nuova costellazione adolescenziale

Il desiderio di crescere/La costellazione adolescenziale in rete/La trasformazione del tempo e dello spazio/“Pubblico quindi sono”/Per ricapitolare e riflettere

2. Costruzione dei legami affettivi

Gli ho chiesto il contatto: l'algoritmo primario dell'affettività/La costruzione delle relazioni sentimentali in adolescenza: mai più soli/La comunicazione affettiva mediata dalla tecnologia/I neuroni specchio: lo sguardo sull'altro e lo sguardo dell'altro/Per ricapitolare e riflettere

3. Mantenimento dei legami affettivi

Essere in coppia nel e con il digitale/La scoperta della sessualità/Genitori e figli: costruire nuove connessioni e collegamenti/Educare ai sentimenti/Per ricapitolare e riflettere

4. Rottura dei legami affettivi

Rompere la relazione sentimentale: la paura della separazione/Ti blocco/Ti controllo/Interpreto e agisco/Per ricapitolare e riflettere

5. L'amore tossico

La dipendenza affettiva/Né con te, né senza di te: il caso di Fabio/Vittime inconsapevoli della rete: il caso di Alessia/Per ricapitolare e riflettere

Appendice

Start to Go: un'app per educare ai sentimenti ai tempi dei social

Vademecum per agire in sicurezza in rete e per promuovere sane relazioni affettive

Decalogo dell'app Start to Go

Per automonitorare e riflettere

Bibliografia