

## Il controllo psicologico genitoriale: una breve revisione della letteratura

### *Parental psychological control: a brief review of the literature*

Mariangela Abbate<sup>1</sup>, Sebastiano Costa<sup>1</sup>

<sup>1</sup> *Dipartimento di Psicologia, Università degli Studi della Campania – “Luigi Vanvitelli”*

#### **Abstract**

La letteratura accademica è ricca di studi che dimostrano come l'utilizzo da parte dei genitori di strategie educative manipolative, come la sottrazione dell'amore o l'induzione del senso di colpa, possano essere associate con esiti di sviluppo disadattivi nei bambini, adolescenti e giovani adulti. Queste dimensioni della genitorialità possono essere raggruppate all'interno del costrutto di controllo psicologico genitoriale, che nonostante sia stato largamente studiato, risulta ancora poco conosciuto. Per questo motivo, l'obiettivo di questa breve revisione è di descrivere il controllo psicologico genitoriale, le sue dimensioni, le associazioni con gli esiti di sviluppo e l'attuale inquadramento teorico all'interno della Self-Determination Theory.

#### **Parole chiave**

controllo psicologico genitoriale; Teoria dell'Autodeterminazione; antecedenti; conseguenze.

Autore responsabile per la corrispondenza: Mariangela Abbate, Dipartimento di Psicologia, Università degli Studi della Campania – “Luigi Vanvitelli”, [mariangela\\_abbate@outlook.it](mailto:mariangela_abbate@outlook.it)

### Abstract

The scientific literature is full of studies demonstrating that parental use of manipulative educational strategies, such as love withdrawal or guilt induction, may be associated with maladaptive developmental outcomes in children, adolescents, and young adults. These dimensions of parenting can be grouped within the construct of parental psychological control, which despite having been widely studied, is still little used. For this reason, the goal of this brief review is to describe parental psychological control, its dimensions, associations with developmental outcomes, and the current theoretical framework within the Self-Determination Theory.

### Keywords

parental psychological control; Self-Determination Theory; antecedents; outcomes.

## Introduzione

I genitori hanno diversi compiti da svolgere, fondamentali per la crescita dei propri figli, tra cui aiutarli ad adattarsi in modo efficace alle esigenze sociali ed allo stesso tempo credere nel loro potenziale e incoraggiarli a perseguire i loro interessi (Bornstein, 2019). Tra le modalità con cui i genitori interagiscono nella crescita e nello sviluppo dei figli, gli studi sulle pratiche genitoriali hanno sottolineato come queste ultime siano particolarmente rilevanti per il benessere dei figli e come spesso costituiscano la modalità quotidiana di interazione in famiglia (Sanders & Turner, 2018). Tuttavia, non tutte le modalità di parenting messe in atto dai genitori risultano adattive e funzionali ed in alcuni casi alcune strategie educative si sono rivelate particolarmente disfunzionali (Pinquart, 2017a; Pinquart, 2017b). Una pratica genitoriale che ha suscitato molto interesse nella comunità scientifica negli ultimi anni è il controllo psicologico genitoriale (Yan et al., 2020). Il controllo psicologico genitoriale può essere definito come: un insieme di comportamenti genitoriali manipolativi, controllanti e coercitivi che si intromettono nel dominio psicologico dei figli, non rispettandone l'individualità ed i bisogni psicologici, con l'obiettivo di rispettare le aspettative genitoriali, ottenere l'obbedienza indiscriminata e mantenere la dipendenza fisica, emotiva e psicologica (Barber, 1996; Cuzzocrea et al., 2020; Soenens & Vansteenkiste, 2010). Questa pratica genitoriale, infatti, ostacola attivamente i bisogni emotivi e psicologici del bambino, ne soffoca l'espressione autonoma e indipendente del sé, inibisce lo sviluppo di un senso di sicurezza, portando a innumerevoli problematiche nel funzionamento psicosociale (Costa et al., 2015; Joussemet & Mageau, 2023; Yan et al., 2020). Diverse ricerche dimostrano che un uso elevato e costante del controllo psicologico genitoriale può essere rischioso per la salute di bambini, adolescenti e giovani adulti (Pinquart, 2017a; Pinquart, 2017b; Yan et al., 2020).

Il controllo psicologico è una pratica genitoriale disfunzionale che si distingue chiaramente da altre pratiche genitoriali caratterizzate da forme di "controllo" come il monitoring, la supervisione e la struttura (Scharf & Goldner, 2018; Soenens & Vansteenkiste, 2019). Queste pratiche, infatti, indicano la misura in cui i genitori forniscono ai propri figli indicazioni, supervisione, guida e regole per aiutarli nel loro percorso di crescita (Joussemet et al., 2008; Skinner et al., 2005), mentre il controllo psicologico è caratterizzato da una forma di pressione, costrizione e manipolazione che non supporta il naturale sviluppo dei figli (Soenens & Vansteenkiste, 2019). Nonostante spesso queste diverse forme di "controllo" genitoriale siano state confuse (Rodríguez-Meirinhos et al., 2020), risulta chiaro e condiviso dalla

letteratura che il controllo psicologico ha una connotazione particolarmente intrusiva, manipolativa ed invalidante che lo rende chiaramente differente dalle altre pratiche genitoriali (Soenens & Vansteenkiste, 2019).

### **La natura multidimensionale del controllo psicologico genitoriale**

Sin dalle prime definizioni, il controllo psicologico è stato definito come un costrutto multidimensionale. Schaefer (1959, 1965a, 1965b) lo descrisse come una serie di “*metodi occulti e psicologici di controllo delle attività e dei comportamenti del bambino che non gli permettono di svilupparsi come individuo*” (Schaefer, 1965b, p. 555), individuando tre dimensioni: Intrusività, Pressione e Controllo attraverso il senso di colpa. Successivamente, Barber (1996; 2002) diede nuovo impulso agli studi sul tema definendolo come “*un tipo di controllo piuttosto insidioso che potenzialmente inibisce o si intromette nello sviluppo psicologico attraverso la manipolazione e lo sfruttamento del legame genitore-bambino (ad esempio, ritiro dell'amore e induzione del senso di colpa), critiche negative ed espressioni emotivamente cariche (ad esempio, delusione e vergogna) e un eccessivo controllo personale (ad esempio, possessività, protettività)*” (Barber, 1996, p. 3297). Negli anni successivi, diversi studi hanno arricchito questa concettualizzazione, con le diverse sfaccettature affrontate in letteratura che possono essere sintetizzate in otto dimensioni principali (Cuzzocrea et al., 2020): (1) *induzione di colpa e ansia*, in cui si fa leva sul senso di colpa dei figli come forma di manipolazione per indurre un sentimento di compassione e cercare di instillare il pensiero che se i figli tenessero davvero a loro, farebbero o sarebbero come si aspettano i genitori (Barber, 1996); (2) *manipolazione dell'amore*, in cui si riducono o eliminano le manifestazioni affettive o le attenzioni verso i figli quando questi non fanno o non condividono ciò che i genitori si aspettano, distogliendo lo sguardo, mostrandosi freddi, voltandosi dall'altra parte, o abbandonando fisicamente l'interazione quando i figli esprimono qualcosa di contrario alle loro aspettative (Barber, 1996); (3) *invalidazione dei sentimenti e delle prospettive*, in cui si invalidano i sentimenti dei figli ignorando, sottostimando e giudicando negativamente i loro pensieri ed espressioni emotive dimostrandosi sarcastici o ironici (Barber, 1996); (4) *limitazione delle espressioni verbali e delle intenzioni comportamentali*, in cui si impediscono o si interferisce attivamente con la conversazione dei figli cambiandogli argomento, interrompendoli, scegliendo, parlando o rispondendo per loro in presenza di altri, mostrando disinteresse per ciò che i figli hanno da dire o che vogliono fare (Barber, 1996); (5) *comportamento emotivo irregolare*, in cui i genitori, oscillando tra espressioni di cura e di attacco, mettono in atto risposte emotive sulla base dei propri desideri ed interessi piuttosto che sulla base del punto di vista dei figli, mostrando quindi comportamenti ambivalenti nella relazione, come emozioni negative per un successo dei figli o soddisfazione per un loro fallimento (Barber, 1996; Cuzzocrea et al., 2020); (6) *attacchi personali e vergogna*, in cui i genitori attaccano i figli tirando fuori gli errori o i loro comportamenti imbarazzanti del passato come prova della loro mancanza di valore, facendoli vergognare davanti agli altri, insultandoli o mancandogli di rispetto (Barber, 1996; Barber & Xia, 2013); (7) *controllo intrusivo*, in cui i genitori violano la privacy dei figli, annullando completamente i confini personali e non rispettandone gli spazi (Barber & Xia, 2013); (8) *uso di minacce manipolative*, in cui i genitori, attraverso l'intimazione di possibili punizioni, instillano un clima di paura e ansia persistente per convincere i propri figli a conformarsi ai loro desideri (Mageau et al., 2015).

## **Il controllo psicologico genitoriale secondo la Self-Determination Theory**

Negli ultimi anni, il controllo psicologico è stato studiato all'interno della cornice teorica della Self-Determination Theory (SDT; Ryan & Deci, 2017; Ryan, 2023) dimostrando come gli esiti disfunzionali di questa pratica genitoriale possano essere spiegati dal ruolo dei bisogni psicologici di base (Ryan & Deci, 2017; Ryan, 2023). La SDT è una meta-teoria che enfatizza come tutti gli esseri umani abbiano una naturale inclinazione verso la crescita, il benessere e l'integrazione sociale. Tali predisposizioni umane possono essere raggiunte attraverso la soddisfazione dei bisogni psicologici di base di autonomia, competenza e relazione (Ryan, 2023). Il bisogno di autonomia si riferisce alla sensazione di svolgere le proprie attività spinti dai propri desideri, interessi e volontà; quando questo bisogno è soddisfatto, le persone sentono che i propri comportamenti sono frutto della propria libera scelta e che sono coerenti con i propri valori di vita; quando, invece, questo bisogno è frustrato, le persone provano un senso di pressione e controllo sulle proprie scelte e sentono di essere obbligati a svolgere attività che non condividono. Il bisogno di competenza riguarda il sentimento di efficacia che consente alle persone di affrontare le sfide quotidiane: quando è soddisfatto, le persone si sentono in grado di affrontare efficacemente difficoltà e problemi; quando è frustrato, le persone percepiscono un senso di inferiorità e inadeguatezza rispetto a ciò che gli altri sono capaci di fare. Infine, il bisogno di relazione si riferisce a sentimenti di calore e fiducia, nonché alla capacità di prendersi cura degli altri e fornire affetto: quando è soddisfatto, le persone sentono di avere un legame con chi si prende cura di loro; quando è frustrato, le persone sperimentano l'alienazione sociale e la profonda solitudine (Ryan, 2023). Questi bisogni sono universali e la loro soddisfazione è essenziale per consentire agli esseri umani di crescere efficacemente in un clima di benessere. Al contrario, se questi bisogni sono frustrati è più probabile che gli esseri umani sviluppino comportamenti problematici, disadattamento e malessere (Ryan, 2023).

In linea con questo ragionamento, molti ricercatori hanno osservato che il controllo psicologico può essere identificato come una pratica genitoriale che contrasta attivamente i bisogni psicologici di base, creando un sentimento di frustrazione (Costa et al., 2015; Soenens & Vansteenkiste, 2010; Ryan & Deci, 2017). I genitori, quando esercitano il controllo sul mondo psicologico dei figli attraverso strategie manipolative come l'induzione del senso di colpa, il ritiro dell'amore e l'invalidazione dei sentimenti, tendono infatti ad imporre le loro aspettative e forzano i figli a modificare le loro emozioni, pensieri e opinioni, ostacolando la soddisfazione dei bisogni di autonomia. Allo stesso modo, i genitori possono ostacolare la soddisfazione dei bisogni di competenza dei figli facendoli sentire insicuri rispetto alla loro capacità di affrontare le sfide in modo efficace, attraverso la svalutazione della loro prospettiva e della loro esperienza psicologica. Inoltre, l'uso di tecniche manipolative, la svalutazione davanti agli altri e l'uso di attacchi personali possono anche ostacolare la soddisfazione del bisogno di relazione dei figli riducendo la qualità del legame genitore-figlio, ed in generale sviluppando insicurezza riguardo l'amore e l'affetto degli altri (Costa et al., 2015). Considerato che numerosi studi (Ryan, 2023) hanno evidenziato come la frustrazione di questi bisogni tende ad essere associata con esiti di sviluppo particolarmente disadattivi in tutto il ciclo di vita, risulta chiaro come l'uso delle tecniche educative che rientrano all'interno di questo costrutto possano essere particolarmente deleterie per lo sviluppo dei figli.

## Le conseguenze del controllo psicologico genitoriale

Un ampio numero di studi ha infatti confermato che il controllo psicologico ha un impatto negativo sulla vita dei figli, in termini di maggiori comportamenti problematici interiorizzanti ed esternalizzanti (Pinquart, 2017a; Pinquart, 2017b; Scharf & Goldner, 2018; Yan, et al., 2020). I genitori che usano il controllo psicologico tendono infatti a limitare la libera espressione dei figli e sono orientati maggiormente al perfezionismo con aspettative eccessive sulle prestazioni (Scharf & Goldner, 2018; Soenens & Vansteenkiste, 2010). Allo stesso modo possono ridurre le capacità dei bambini di esplorare nuovi ambienti aumentando i loro sentimenti di ipervigilanza, paura ed ansia (Scharf & Goldner, 2018; Soenens & Vansteenkiste, 2010). L'associazione tra controllo psicologico e problemi di esternalizzazione è stata meno studiata perché per diverso tempo si è ipotizzato che la sua natura manipolativa e psicologica potesse essere maggiormente legata all'insorgenza di problemi di internalizzazione piuttosto che di problemi di esternalizzazione (Soenens & Vansteenkiste, 2010). Tuttavia, recenti meta-analisi hanno riferito che l'uso del controllo psicologico sia associato anche a difficoltà come aggressività e comportamento delinquenziale (Pinquart, 2017a; Yan et al., 2020).

## Discussione

L'obiettivo di questa breve revisione è di descrivere il controllo psicologico genitoriale, le sue dimensioni, le conseguenze e l'integrazione teorica con la SDT (Ryan & Deci, 2017; Ryan, 2023). Negli ultimi anni, gli studi sul controllo psicologico si sono moltiplicati, diventando una delle dimensioni genitoriali più studiate (Scharf & Goldner, 2018), ma l'evoluzione nel tempo dello studio del costrutto ha modificato anche la sua operazionalizzazione. Il costrutto del controllo psicologico genitoriale può quindi essere definito come un insieme di comportamenti genitoriali manipolativi, controllanti e coercitivi che si intromettono nel dominio psicologico dei figli, non rispettano l'individualità e ne contrastano i bisogni per ottenere il rispetto delle aspettative genitoriali, l'obbedienza indiscriminata e mantenere la dipendenza fisica, emotiva e psicologica (Barber, 1996; Cuzzocrea et al., 2020; Soenens & Vansteenkiste, 2010). Negli ultimi anni, la SDT si è sempre più posta come prospettiva privilegiata negli stili e nelle pratiche genitoriali (Grolnick, 2002; Joussemet & Mageau, 2023; Ryan & Deci, 2017; Ryan, 2023; Soenens & Vansteenkiste, 2010). Questa cornice teorica ha infatti inquadrato l'ambiente familiare come un contesto in grado di sostenere o contrastare i bisogni psicologici di base dei figli, determinando un impatto significativo sul benessere e sullo sviluppo.

Nonostante la letteratura scientifica abbia ormai esplorato abbondantemente questo costrutto, la sua diffusione tra i professionisti risulta ancora limitata e la sua concettualizzazione è spesso confusa con altre pratiche genitoriali. Lo sforzo scientifico degli ultimi anni di definizione ed integrazione teorica ha dato materiale sufficiente per orientare la pratica psicologica alla messa in atto di interventi psicoeducativi per promuovere, tra gli operatori ed i genitori, la consapevolezza dell'effetto deleterio di queste pratiche. Allo stesso modo, gli studi sugli antecedenti (Costa et al., 2020; Grolnick, 2002; Scharf & Goldner, 2018) hanno evidenziato come spesso, a spingere i genitori ad usare queste strategie intrusive e manipolative, siano una serie di pressioni, fattori stressanti e difficoltà personali, piuttosto che una vera e propria libera

scelta, sottolineando la necessità di inserire il controllo psicologico tra i temi da affrontare negli interventi di prevenzione e di supporto alla genitorialità.

## Bibliografia

- Barber, B. K. (1996). Parental psychological control: Revisiting a neglected construct. *Child development*, 67(6), 3296-3319.
- Barber, B. K. (2002). *Intrusive parenting: How psychological control affects children and adolescents* (pp. xv-309). American Psychological Association.
- Barber, B. K., & Xia, M. (2013). The centrality of control to parenting and its effects. In R. E. Larzelere, A. S. Morris, & A. W. Harrist (Eds.), *Authoritative parenting: Synthesizing nurturance and discipline for optimal child development* (pp. 61–87). American Psychological Association.
- Bornstein, M.H. (2019). *Handbook of Parenting: Volume I: Children and Parenting*, Third Edition (3rd ed.). Routledge.
- Costa, S., Liga, F., Cristina Gugliandolo, M., Sireno, S., Larcan, R., & Cuzzocrea, F. (2020). Antecedents of parental psychological control: A narrative review grounded in Self-Determination Theory perspective. *Maltrattamento e Abuso All'infanzia*, 22(2), 29-54.
- Costa, S., Soenens, B., Gugliandolo, M. C., Cuzzocrea, F., & Larcan, R. (2015). The mediating role of experiences of need satisfaction in associations between parental psychological control and internalizing problems: A study among Italian college students. *Journal of Child and Family Studies*, 24, 1106-1116.
- Cuzzocrea, F., Gugliandolo, M. C., Cannavò, M., & Costa, S. (2020). Preliminary development and psychometrics characteristics of a multidimensional measure of Parental Psychological Control: The Inventory of Parental Psychological Control (IPPC). *Maltrattamento e Abuso All'infanzia*, 22(2), 55-84.
- Grolnick, W. S. (2002). *The psychology of parental control: How well-meant parenting backfires*. Psychology Press.
- Joussemet, M., & Mageau, G. A. (2023). Supporting children's autonomy early on: A review of studies examining parental autonomy support toward infants, toddlers, and preschoolers. *The Oxford Handbook of Self-Determination Theory*.
- Joussemet, M., Landry, R., & Koestner, R. (2008). A self-determination theory perspective on parenting. *Canadian Psychology/Psychologie canadienne*, 49(3), 194.
- Mageau, G. A., Ranger, F., Joussemet, M., Koestner, R., Moreau, E., & Forest, J. (2015). Validation of the perceived parental autonomy support scale (P-PASS). *Canadian Journal of Behavioural Science/Revue canadienne des sciences du comportement*, 47(3), 251.
- 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.
- Pinquart, M. (2017b). Associations of parenting dimensions and styles with internalizing symptoms in children and adolescents: A meta-analysis. *Marriage & Family Review*, 53(7), 613-640.
- Rodríguez-Meirinhos, A., Vansteenkiste, M., Soenens, B., Oliva, A., Brenning, K., & Antolín-Suárez, L. (2020). When is parental monitoring effective? A person-centered analysis of the role of autonomy-supportive and psychologically controlling parenting in referred and non-referred adolescents. *Journal of youth and Adolescence*, 49, 352-368.
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2017). *Self-determination theory: Basic psychological needs in motivation, development, and wellness*. Guilford Publications.
- Ryan, R. M. (Ed.). (2023). *The Oxford Handbook of Self-Determination Theory*. Oxford University Press.
- Sanders, M. R., & Turner, K. M. (2018). The importance of parenting in influencing the lives of children. *Handbook of parenting and child development across the lifespan*, 3-26.
- Schaefer, E. S. (1959). A circumplex model for maternal behavior. *The Journal of Abnormal and Social Psychology*, 59(2), 226.

- Schaefer, E. S. (1965a). A configurational analysis of children's reports of parent behavior. *Journal of consulting psychology*, 29(6), 552.
- Schaefer, E. S. (1965b). Children's reports of parental behavior: An inventory. *Child development*, 413-424.
- Scharf, M., & Goldner, L. (2018). "If you really love me, you will do/be...": Parental psychological control and its implications for children's adjustment. *Developmental Review*, 49, 16-30.
- Skinner, E., Johnson, S., & Snyder, T. (2005). Six dimensions of parenting: A motivational model. *Parenting: Science and practice*, 5(2), 175-235.
- Soenens, B., & Vansteenkiste, M. (2010). A theoretical upgrade of the concept of parental psychological control: Proposing new insights on the basis of self-determination theory. *Developmental Review*, 30(1), 74-99.
- Soenens, B., & Vansteenkiste, M. (2019). Are parents responsible for the rise of perfectionism? Comment on Curran and Hill (2019). *Psychological Bulletin*, 145(4), 430-432.
- Yan, F., Zhang, Q., Ran, G., Li, S., & Niu, X. (2020). Relationship between parental psychological control and problem behaviours in youths: A three-level meta-analysis. *Children and Youth Services Review*, 112, 104900.