

Adolescenti alla ricerca di sé e del proprio futuro:
la musica rap per dare voce a sogni e paure

Adolescents in search of themselves and their future:
rap music as a means of giving voice to dreams and fears

Paola Ricchiardi

Associate Professor of Experimental Pedagogy | University of Turin | paola.ricchiardi@unito.it

OPEN ACCESS

Siped
Società Italiana di Pedagogia

Double blind peer review

Citation: Ricchiardi P. (2026). Adolescents in search of themselves and their future: rap music as a means of giving voice to dreams and fears. *Pedagogia oggi*, 24(1), 160-169.

<https://doi.org/10.7346/PO-012026-19>

Copyright: © 2026 Author(s). This is an open access, peer-reviewed article published by Pensa MultiMedia and distributed under the terms of the Creative Commons Attribution 4.0 International, which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original author and source are credited. *Pedagogia oggi* is the official journal of Società Italiana di Pedagogia (www.siped.it).

Journal Homepage

<https://ojs.pensamultimedia.it/index.php/siped>

Pensa MultiMedia / ISSN 2611-6561

<https://doi.org/10.7346/PO-012026-19>

ABSTRACT

This paper presents educational guidance pathways that use rap music as an evocative language to foster adolescents' self-reflection. In particular, it illustrates the "Rap Therapy" method, adapted to the educational context and implemented in third-year classes of upper secondary schools within school-to-university transition projects. A qualitative analysis of 24 rap songs produced by 510 students made it possible to investigate the guidance processes activated, according to the models proposed by Savickas (2011), Guichard (2009), and Hirschi (2010). The findings reveal a strong activation of elements related to personal reflection, future projection, confidence in one's own abilities, and exploration, as well as a critical reworking of the relationship with one's social context and with extrinsic values such as money and success. Rap thus emerges as an educational device capable of promoting meaningful guidance processes.

Il contributo presenta percorsi di orientamento formativo che utilizzano la musica rap come linguaggio evocativo per favorire la riflessione su di sé negli adolescenti. In particolare, viene illustrato il metodo "Rap Terapia", adattato al contesto educativo e sperimentato in classi terze della scuola secondaria di secondo grado nell'ambito di progetti di transizione scuola-università. L'analisi qualitativa condotta su 24 brani rap prodotti da 510 studenti ha consentito di indagare i processi orientativi attivati secondo i modelli di Savickas (2011), Guichard (2009) e Hirschi (2010). I risultati mostrano una forte attivazione delle dimensioni di riflessione personale, proiezione nel futuro, fiducia nelle proprie possibilità ed esplorazione, nonché una rielaborazione critica del rapporto con il contesto e con i valori estrinseci di denaro e successo. Il metodo rap emerge così come dispositivo educativo capace di promuovere processi orientativi significativi.

Keywords: educational guidance, future, fears, rap music, reflexivity

Parole chiave: orientamento formativo, futuro, paure, musica rap, riflessività

Received: March 28, 2026

Accepted: May 2, 2026

Published: June 19, 2026

Corresponding Author:

Paola Ricchiardi, paola.ricchiardi@unito.it

Introduzione

Ampie indagini europee (FEPS, 2022; Deloitte Global, 2025), confermate anche da studi italiani (Istat, 2023), mostrano un'alta incidenza di paure e incertezze tra i ragazzi, dovute in particolare alla complessità dello scenario internazionale e al cambiamento climatico. Emergono inoltre timori legati all'instabilità economica e alla fragilità della salute, sperimentata in prima persona. Secondo le ricerche, ansia e paura influiscono negativamente sull'autoefficacia e questa sulla capacità di proiettarsi nel futuro (Bozzato, 2024). Diventa infatti complesso in un mondo dominato dall'incertezza dover immaginare il proprio futuro personale, professionale e familiare. Si tratta di un aspetto che i percorsi di orientamento formativo rivolti in special modo agli adolescenti non possono ignorare: occorre che i ragazzi abbiano spazi e strumenti per esprimere le proprie paure e per apprendere a vivere nell'incertezza (Barreneche, Santi, Zorzi, 2023). Risultano particolarmente utili allo scopo i percorsi orientativi che impiegano i linguaggi evocativi privilegiati dai ragazzi. All'interno dei percorsi finanziati con la Misura 1.6. "Transizione scuola-università", l'Università di Torino ha dunque privilegiato, specie per le classi terze delle scuole secondarie di secondo grado, percorsi di orientamento formativo che utilizzano linguaggi come la musica, l'immagine, il cinema o il gioco, per consentire ai ragazzi di esprimere meglio se stessi, i loro desideri, valori, rappresentazioni e timori. Nel presente contributo illustreremo i percorsi innovativi che usano la musica rap come strumento di orientamento formativo, inteso come processo volto a promuovere riflessione su di sé e sul proprio progetto.

1. I percorsi Rap in contesti educativi

La musica riveste un ruolo di particolare rilievo durante l'adolescenza ed è da tempo impiegata con efficacia negli interventi educativi e psicologici (Miranda, 2013), specie come sostegno a processi di crescita personale (McFerran, Roberts, O'Grady, 2010). In questo contesto, anche il rap assume una funzione significativa. Si è infatti sviluppato un filone rap educativo che utilizza tale linguaggio come mezzo per esprimere se stessi e per favorire una trasformazione in positivo (Travis, 2013), anche in contesti con difficoltà importanti (Kento, 2020). I percorsi rap realizzati con finalità educative presentano differenze rilevanti al loro interno. Si distinguono innanzitutto quelli individuali da quelli di gruppo, gli interventi che privilegiano strategie di tipo produttivo (in cui i partecipanti vengono incoraggiati a scrivere e realizzare un brano originale) da quelli che adottano un approccio recettivo (interventi in cui il rap è impiegato prevalentemente come oggetto di ascolto e analisi), i progetti di breve, medio o lungo periodo. Nei percorsi in cui si giunge alla realizzazione di un brano si possono inoltre distinguere quelli che danno maggiore enfasi agli aspetti artistici e all'apprendimento di competenze tecniche, da quelli in cui tali dimensioni rimangono sullo sfondo, per privilegiare gli aspetti educativi. Anche la tipologia di attività previste per giungere alla scrittura del brano può variare in modo significativo (es. brainstorming collettivo e focalizzazione di ogni partecipante su un aspetto; scrittura individuale a partire da un unico tema; scrittura collaborativa...). Esplicheremo di seguito le caratteristiche del metodo rap adottato per l'orientamento, denominato "Rap Terapia".

2. Il metodo "Rap Terapia" in contesto educativo

Il metodo "Rap Terapia"¹ è stato elaborato da Marco Zuliani in ambito clinico e sanitario (da qui il nome) ed è stato poi sviluppato, con il contributo di Maria Rizzo (educatrice), in contesti educativi (Ricchiardi, Torre, 2024). La versione educativa, a differenza di quella elaborata in ambito clinico, privilegia il gruppo, rivolgendosi a classi o a bambini e ragazzi in contesti extrascolastici o ancora a gruppi composti da genitori e figli, con lo scopo di favorire la riflessione e consentire la narrazione di sé. Mentre il metodo sviluppato in ambito clinico era condotto perlopiù individualmente, in stretta relazione con il percorso terapeutico

1 <https://rapterapia.it/>

(da cui derivavano anche le tematiche da trattare), nel contesto educativo i percorsi si focalizzano invece sul desiderio di raccontarsi attraverso strumenti diversi da quelli abituali, valorizzando la contaminazione positiva delle idee. Si caratterizza inoltre per l'adozione di specifici principi pedagogici e per un iter consolidato che riassumeremo di seguito.

Il metodo "Rap Terapia" prevede in ambito educativo un percorso che consta mediamente di 15-20 ore, suddiviso in 5-7 incontri, con un gruppo di persone (di solito dai 10 ai 20 partecipanti), abitualmente abbastanza omogenei per età (ad eccezione dei progetti "intergenerazionali").

I percorsi si centrano su tematiche educative rilevanti e significative per i partecipanti, in un "viaggio" che prevede diverse fasi ricorsive di riflessione, condivisione e scrittura, fino alla redazione finale del brano collettivo.

Gli interventi vengono guidati da due adulti, abitualmente un rapper e un educatore. Entrambe le figure hanno competenze artistiche (almeno di base) ed entrambe le figure svolgono una funzione educativa rilevante, in una contaminazione positiva tra le due professioni. Per condurre tali percorsi è infatti fondamentale avere competenze artistiche: per i ragazzi sapere di avere di fronte una persona che ha o ha avuto l'opportunità di cantare la sua musica in contesti importanti facilita il primo contatto e attribuisce di per sé autorevolezza a chi conduce i laboratori. Tuttavia, sul lungo periodo, questo non è sufficiente. L'adulto è chiamato a dimostrare un interesse autentico per i ragazzi e per i loro stati d'animo e a mostrare competenze pedagogiche, quali la capacità di ascolto attivo, l'attenzione costante ai singoli e al gruppo, l'empatia, nonché autorevolezza, profondità e solidità morale.

Nei percorsi di "Rap Terapia" (RT), il setting di gruppo si fonda sul principio dell'interdipendenza positiva. Il prodotto finale è infatti responsabilità collettiva, anche di chi sceglie di partecipare in modo marginale, e il successo dipende dal contributo di tutti. All'interno del gruppo particolare attenzione è riservata al riconoscimento e alla valorizzazione delle voci marginali: l'intervento educativo mira, infatti, a dare spazio e legittimità espressiva a chi solitamente non trova ascolto, con l'obiettivo di trasformare dinamiche relazionali escludenti. Il gruppo diventa così luogo di pluralità e accoglienza dei punti di vista, in cui ogni vissuto ed esperienza contribuisce alla costruzione di un significato condiviso, senza annullare l'unicità del singolo.

Nel metodo RT, l'attenzione educativa è rivolta principalmente al percorso: alle dinamiche relazionali, alle strategie messe in atto e alle trasformazioni interiori dei partecipanti, più che al risultato finale o alla performance individuale. Gli aspetti stilistici restano sullo sfondo per favorire l'emergere del pensiero di ciascuno. In questo processo si promuove anche la decostruzione delle narrazioni standardizzate, stimolando un pensiero critico capace di superare stereotipi e racconti dominanti, per lasciare spazio a narrazioni personali, alternative e autentiche.

Il metodo si ispira al principio della riflessività trasformativa (Archer, 2009), stimolando i partecipanti verso una riflessione critica e consapevole. Questo processo di rielaborazione, come sottolineato da Mezirow (1991), favorisce il cambiamento personale. In tale prospettiva, la scrittura assume un valore centrale: è strumento di stabilizzazione del pensiero, ma anche occasione di presa di coscienza e trasformazione. Scrivere permette di rendere esplicito ciò che è implicito, di rileggerlo criticamente, di rallentare il pensiero per ordinarlo e di conservarne traccia nel tempo.

3. Il metodo RT per l'orientamento

Il metodo RT, così come è stato sviluppato in ambito educativo, risulta particolarmente adatto per essere integrato in percorsi di orientamento formativo. Le sperimentazioni hanno previsto l'introduzione nelle classi terze delle scuole secondarie di secondo grado di un modulo di RT di 15 ore (5 incontri da 3 ore) con finalità orientative. Il percorso condotto con l'intero gruppo classe, sempre da un team formato da un rapper e da un educatore (con o senza insegnanti a seconda delle richieste degli studenti), ha seguito i principi e le tappe sopra descritti, centrando però l'attenzione interamente su aspetti rilevanti per la costruzione del proprio progetto di vita (es. *Chi sono? Che cosa gli altri si aspettano da me? Come mi rappresento il futuro?*). Il percorso procede dalla presentazione di aspetti inediti di sé agli altri, attraverso la musica, alla riflessione sulle questioni orientative, alla scrittura individuale fino alla costruzione e registrazione del

brano. L'intervento termina con una riflessione in merito alle ricadute dell'intervento sulla costruzione del proprio progetto personale.

4. Un'analisi qualitativa

In una prima fase di sperimentazione del metodo "Rap Terapia" all'interno dei percorsi di orientamento formativo proposti dall'Università di Torino alle classi terze delle scuole secondarie di secondo grado (a.s. 2022-23), il team di ricerca ha proceduto alla somministrazione di una scala in *self-assessment*, prima e dopo l'intervento. Sono stati così rilevati progressi significativi in diverse dimensioni connesse all'orientamento, soprattutto "ottimismo verso il futuro", "riflessività" e "autoefficacia" (Ricchiardi, Torre, Lattanzi, 2023).

Per approfondire tali esiti e rendere conto in profondità delle riflessioni che il metodo suscita negli studenti, si è deciso di utilizzare un'analisi e codifica qualitativa dei 24 brani rap prodotti in 3 anni scolastici (2022-23, 2023-24 e 2024-25), coinvolgendo 510 studenti del terzo anno della scuola secondaria di secondo grado (306 studentesse e 204 studenti). Si tratta nello specifico di 14 classi di liceo (scientifici e classici), 8 classi di scuole professionali (alberghiero, professionale per il turismo) e 2 classi di istituti tecnici. Le scuole sono collocate in contesti differenti della regione Piemonte; oltre al capoluogo (Torino), hanno partecipato scuole di piccoli centri della provincia di Torino e una scuola del cuneese (Fossano).

Le scuole si caratterizzano anche per ambienti socio-culturali differenziati. In particolare, le scuole professionali e tecniche della periferia di Torino sono quelle che accolgono più ragazzi con background migratorio e svantaggio socio-culturale.

4.1 Le domande di ricerca

Ci si è posti le seguenti domande di ricerca.

- Il percorso rap centrato su tematiche orientative consente agli studenti e alle studentesse partecipanti di riflettere su tutte e quattro le dimensioni dell'adattabilità (Savickas, 2011), che favoriscono il processo orientativo? Nello specifico, nei brani si rintracciano riflessioni in merito alla capacità di proiettarsi nel futuro e di farsene carico (*concern*); alla percezione controllo su di sé e sulle condizioni esterne (*control*); al desiderio di esplorare (*curiosity*) e alla fiducia nelle proprie possibilità (resilienza, autoefficacia...) (*confidence*);
- Come sottolinea Guichard (2009), i processi di orientamento sono situati nei contesti di vita e nelle relazioni significative. Ci si è interrogati, dunque, se il percorso rap consentisse anche di riflettere sulle relazioni rilevanti nella costruzione del proprio progetto orientativo e sulle influenze del contesto (con espliciti riferimenti rintracciabili nei brani);
- Infine, si è voluto indagare se e come emergessero le dimensioni connesse a denaro e successo (valori estrinseci), che vengono considerati, nella teoria dell'autodeterminazione, un rischio per il benessere personale e professionale (Hirschi, 2010).

4.2 La metodologia

L'analisi dei testi rap è stata condotta mediante analisi qualitativa assistita da software (NVivo), che ha consentito la codifica sistematica dei contenuti testuali e l'organizzazione delle categorie emergenti. Le categorie sono state definite a partire dalle domande di ricerca e dal quadro teorico di riferimento (*top-down*), ovvero sulla base del modello di Savickas (*concern, control, curiosity, confidence*), delle teorie di Guichard (importanza attribuita al contesto) e di Hirschi (rilevanza di obiettivi estrinseci). Il *codebook* (Tab. 1) è stato poi integrato con un'analisi esplorativa del materiale testuale, che ha portato a specificare meglio le categorie di codifica, ad identificare una definizione operativa chiara (con criteri di inclusione ed esclusione).

Categorie	Codici
<i>Concern</i>	Futuro/Domani (+) Progettualità (Sogni/Speranze/Obiettivi) (+) Paura, ansia, incertezza verso il futuro (-)
<i>Control</i>	Identità: riflessione su di sé (+/-) Presa di decisione, <i>agency</i> (+/-)
<i>Curiosity</i>	Viaggio/Cammino/Esplorazione (+) Rifiuto dell'esplorazione (-)
<i>Confidence</i>	Resilienza/Rivalsa/Riscatto/Autoefficacia (+) Percezione di non avere la possibilità di perseguire i propri obiettivi e di affrontare gli ostacoli (-)
Contesto	Opportunità del contesto (+) Vincoli del contesto (-) Relazioni familiari e amicali (+/-)
Valori estrinseci	Successo Denaro

Tab. 1: Codebook

5. Esiti

Il corpus analizzato, composto da 24 brani, risulta costituito complessivamente da 9.362 parole. Le unità concettuali sono state codificate sulla base delle categorie definite nel *codebook*. È stata adottata una codifica multipla delle unità di significato, al fine di non ridurre la ricchezza semantica dei testi. Gli esiti dell'analisi vengono di seguito presentati e discussi in relazione alle tre domande di ricerca (capacità del percorso di sollecitare riflessioni in merito alle quattro dimensioni dell'adattabilità, alle relazioni rilevanti per costruire il proprio progetto di vita e ai valori fondamentali). Per tutte e tre le domande guida non sono state riscontrate differenze significative connesse al tipo di scuola frequentata e alla collocazione geografica. Si ipotizza che il metodo utilizzato svolga la funzione di "livellatore", non richiedendo competenze accademiche formalizzate e non focalizzando in modo specifico su professioni e curricula, ma portando gli adolescenti a riflettere su di sé, sui propri sentimenti ed emozioni, in una condizione che mette tutti allo stesso livello pur rispettando l'unicità di ciascuno. Emergono dall'analisi dei trend trasversali che accomunano gli adolescenti oggi.

5.1 Le quattro dimensioni dell'adattabilità nei brani

L'analisi concettuale del corpus evidenzia una forte ricorrenza di temi connessi con tutte e quattro le dimensioni dell'adattabilità di Savickas (2011), attestando la capacità del percorso di focalizzare gli adolescenti su aspetti orientativi rilevanti. Per ciascun ambito andremo a specificare anche in che modo viene trattato il tema.

a) La proiezione nel futuro: quale futuro? (*Concern*)

Si rilevano numerosi riferimenti espliciti al futuro (92 occorrenze; es. *Il futuro mi fa paura; Un giorno tornerò; Chi sarò un giorno; Pensare al domani*²). Nello specifico, rispetto all'atteggiamento nei confronti del futuro si rileva nelle canzoni la presenza di due poli opposti. Uno positivo (prevalente: 68% delle occorrenze), legato a resilienza, sogno, desiderio, capacità di immaginare alternative, trasformazione delle cadute in riscatto. L'altro polo (32% delle occorrenze) richiama invece ansia, paure, senso di impotenza, percezione dei vincoli esterni, interiorizzazione di giudizi e aspettative svalutanti.

2 I pezzi di strofe vengono messi in corsivo.

*Ho il nodo alla gola se penso al futuro. (Nel mondo che vorrei)³
Lancette scorrono e penso al domani, non riesco a pensarci perché non ho piani. (Migliore)*

Tale polarità si riflette (ma non si esaurisce) in due campi semantici ricorrenti che riguardano rispettivamente “ansia e paura” (49 occorrenze), citate soprattutto all’inizio dei brani, e “sogno e progetto di sé” (50 occorrenze)⁴, citate più spesso verso la fine, in un percorso ideale che dall’esplicitazione delle paure per il futuro (che una volta portate fuori diventano meno spaventose), conduce alla proiezione di sé nel futuro, consentendo di immaginare e progettare.

Emerge in modo chiaro la presa di coscienza che occorre iniziare a “pre-occuparsi” del proprio futuro, nonostante questo faccia a volte paura:

*Tempo di decidere chi sono. (Per tutto quello che ho)
Basta con le scuse, quest'uomo sta crescendo. (Imprevedibile)
Il cambiamento mi fa spavento...è essenziale per trovare un senso. (Pagine bianche)*

Si constata che il futuro non è evitato, ma nominato, anche quando fa paura. Il soggetto inizia dunque a prendersene cura.

b) Quale controllo e possibilità d'azione? (Control)

Dalle analisi condotte sul corpus emergono con grande frequenza riferimenti alla necessità di conoscersi a fondo, che costituisce la base necessaria per prendere il “controllo” della propria vita (72 occorrenze relative all’identità; es. *Cerco chi sono; Capire me stessa*). Molti versi fanno poi riferimento alla dimensione della presa di decisione e assunzione di responsabilità (46 occorrenze). Il controllo nasce infatti quando la persona sente di poter decidere. Riportiamo di seguito alcune strofe:

*So cosa fare quando non avrò più un pretesto. (Sogno imperfetto)
Delle mie paure non sono più ostaggio. (Sogno imperfetto)
Puzzle tutto da comporre, costruisco il mio futuro con mattoncini di passione. (Pagine bianche)
Se questa vita è un film sceglierò il mio ruolo. (Brillerò)
Sto cercando di trasformare un imprevisto in opportunità. (Più grande)*

Non mancano, anche se risultano inferiori (18 delle 46 occorrenze), i riferimenti al timore di non avere il controllo totale della propria vita, evidenziando elementi di realismo:

*Nulla qui è certo...come trovare l'acqua nel deserto. (Fino all'infinito)
Non capisco se incido o se è tutto già scritto. (Imprevedibile)*

c) Desiderio di esplorare (Curiosity)

Le occorrenze delle metafore che fanno pensare ad una ricerca attiva del soggetto (“viaggio”, “cammino”, “strada”, “bussola”, “rotta”) sono elevate (71), mettendo in evidenza una concezione da parte degli studenti dell’orientamento come processo di costruzione. Emerge dunque un’apertura all’esplorazione:

*Continuerò a viaggiare perché potrò superare le mie conoscenze. (Più grande)
Voglio scoprire orizzonti nuovi. (Se siete con me)
Sto cercando il mio senso. (Brillerò)
Enigmi e soluzioni...perché si vice in mille situazioni. (Blah, Blah, Blah)
Vorrei tornare a casa per scoprire chi sono. (Quando toccherà a me)*

3 Le strofe sono in corsivo. I titoli dei brani tra parentesi.

4 Non tutti i riferimenti ad “ansia e paura” e al “sogno o desiderio” sono esplicitamente rivolti al futuro.

d) *Fiducia in sé e autoefficacia (Confidence)*

Nel corpus le occorrenze connesse alla fiducia nelle proprie capacità e alla convinzione di poter affrontare gli ostacoli risultano elevate. Sono stati considerati sia i riferimenti al non arrendersi di fronte alle difficoltà, sia alla capacità di apprendere dagli errori e di trasformare il dolore in forza, per diventare migliori (84 occorrenze; es. *So che mi rialzerò; Diventare la parte migliore; Non mi arrendo; Dalle ferite crescerò*). Riportiamo alcuni versi che riteniamo significativi in merito:

Voglio riuscire a mostrarmi per quello che sono. (Brillerò)
Tanti giudizi e molta pressione, sarò migliore di come ti aspetti. (Blah, Blah, Blah)
Accetto questa sfida anche quando mi sento demolita. (Sogno imperfetto)
La vera sfida è diventare la parte migliore di me. (La parte migliore)

Anche in questo caso compaiono alcuni dubbi e incertezze dei ragazzi (anche se meno incidenti rispetto alle dimensioni positive: 9% delle occorrenze):

E se non fossi migliore un domani? (Nella mia testa)

e) *Confronto*

Il confronto tra le diverse aree (Fig. 1) evidenzia una prevalenza della focalizzazione sulla conoscenza di sé (primo passo del *Control*) (32,3%), che emerge come punto di partenza di un progetto orientativo, in piena coerenza con gli obiettivi di un percorso svolto in classe terza della scuola secondaria di secondo grado, fase in cui l'orientamento assume prevalentemente la funzione di esplorazione di sé. Seguono l'area relativa alla proiezione nel futuro (*Concern* = 25,2%) e quella legata alla fiducia nelle proprie possibilità di affrontare le difficoltà future (*Confidence* = 23%). In ultima posizione, coerentemente con la dinamica del processo di orientamento formativo, si colloca l'area dell'esplorazione esterna (*Curiosity* = 19,5%), che implica un progressivo "uscire da sé" per aprirsi alle possibilità offerte dal contesto.

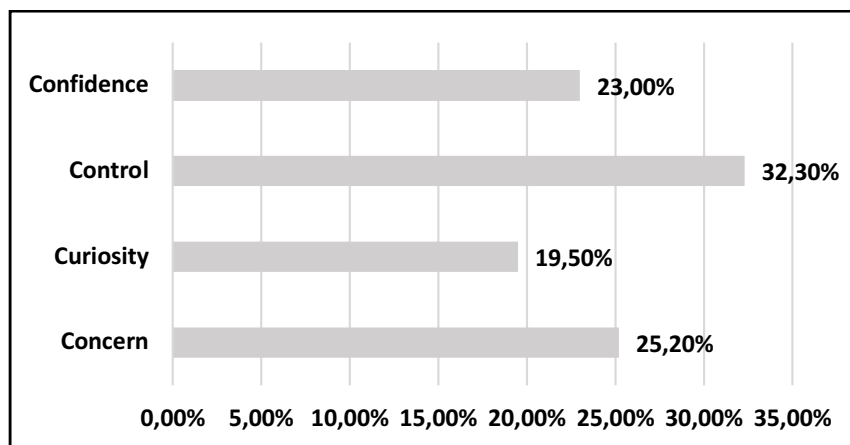


Fig. 1: Confronto tra le occorrenze delle quattro categorie riferibili all'adattabilità

Se si confrontano poi, per ciascuna categoria, le narrazioni positive (Es. fiducia nelle proprie possibilità, proiezione positiva nel futuro...) e quelle che riflettono paure e timori, si rileva una netta prevalenza di quelle positive (Fig. 2). Si rileva dunque che il percorso rap, pur non bloccando l'espressione di paure e incertezze, non lascia i ragazzi preda di narrazioni sature.

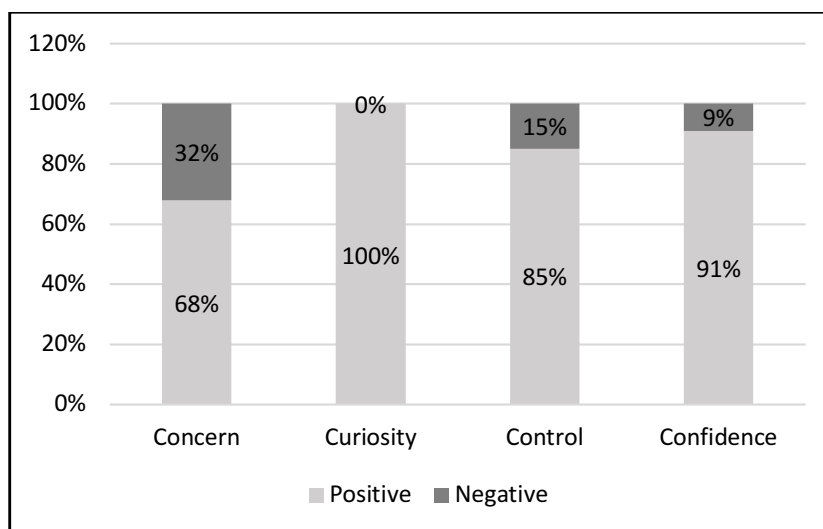


Fig. 2: Narrazioni positive o negative?

La maggior espressione di paure e timori riguarda soprattutto la rappresentazione del futuro come ansiogeno e poco controllabile.

5.2 Il contesto esterno

Per valutare la considerazione dei ragazzi rispetto al mondo esterno sono stati considerati riferimenti a: società, mondo, realtà, città, strada, lavoro, soldi, successo, giudizio sociale, aspettative, pressione, sistema, opportunità offerte dal contesto (es. viaggio, sport, musica, studio) e a “vincoli strutturali” (povertà, mancanza di opportunità, stereotipi). Le occorrenze sono numerose (137), evidenziando il peso implicito o esplicito che ha il mondo esterno sulle scelte dei ragazzi. Si è distinto tra contesto come vincolo (limite, minaccia, ostacolo) e contesto come opportunità (possibilità, crescita, riscatto, scoperta). Il mondo esterno è più spesso percepito come vincolo (59% delle occorrenze): i ragazzi parlano di “pressione sociale e giudizio”, “aspettative altrui”, “povertà, soldi come problema”, “realtà che non capisce” e di un “mondo ostile”. La dimensione di opportunità è comunque molto presente (41%). Interessante a questo proposito la seguente frase, che mette in luce l’opportunità di cambiare il modo di guardare alle sfide esterne, senza pretendere che sia il contesto a cambiare:

*In questo mare di competizione non vedo vie verso il traguardo...
per questo ho scelto di cambiare sguardo ... (Pagine bianche).*

Per quanto riguarda invece il contesto relazionale, in tutti i brani viene citata la famiglia (49 occorrenze), in linea con le ricerche internazionali che segnalano la grande importanza attribuita alla famiglia dai giovani (Eures, 2024). La famiglia viene percepita però sia come risorsa (14 volte come sostegno emotivo, 7 volte come spinta motivazionale, 7 volte come riferimento identitario), sia come ferita, mancanza e conflitto (21 volte), rispecchiando le diverse esperienze dei ragazzi coinvolti. In positivo emerge soprattutto la gratitudine verso i sacrifici fatti dai genitori (più spesso rivolta alla madre), mentre in negativo prevale la denuncia di un’assenza (spesso del padre). Se la famiglia compare spesso come “nodo irrisolto” legato soprattutto al passato, meno citati, ma quasi sempre in positivo, risultano i rapporti orizzontali (27 occorrenze). Nel 93% dei casi, le relazioni con i pari risultano fonte di sostegno e base sicura (es. *Gli altri se ne andranno almeno tu rimani; Se siete con me ogni posto è casa; Non sarò mai sola se resti al mio fianco*), ma anche forza motivazionale (es. *Mi hanno aiutato anche solo con la loro presenza*).

5.3 Valori estrinseci ed intrinseci

Nei brani compaiono diversi valori: famiglia, impegno, gratitudine, comunità, autenticità, equità, giustizia (es. *Per queste ingiustizie sarò un avvocato*), riflessività (es. *Pensare più degli altri è un male, ma senza mi sembra tutto banale*), passione.

Abbiamo focalizzato l'attenzione, inoltre, sui valori estrinseci che risultano essere rischi potenziali per i ragazzi. Nello specifico, sono stati considerati il valore del denaro e del successo. La parola "successo" ha poche occorrenze (10) (es. *Punterò tutto al successo*) e spesso di tipo critico (es. *Il successo senza ostacoli non è successo*). Più citato è il denaro ("soldi", "denaro", "ricchi", "ricchezza", "poveri", "povertà", "debiti", "successo economico", "comprare", "pagare") (19 occorrenze). Il denaro viene però citato con diverse accezioni: denaro come "problema" (es. *I soldi sono stati un problema; State male per i soldi; La povertà è brutta*), come "illusione" (es. *I soldi non possono comprare...*), come "mezzo" e non come fine (es. *Vorrei far tanti soldi per girare il mondo; fare soldi per comprare sogni*). Riportiamo tre esempi significativi:

Cercare la felicità nel denaro è il più grande errore. (Film)

I soldi non possono comprare quello che avevo in mente, volevo solo una famiglia che mi insegnasse ad amare. (Nella mia testa)

Cash sono o no la soluzione? (Correnti)

Le riflessioni dei ragazzi richiamano la preoccupazione per l'instabilità finanziaria. Tuttavia, si mostrano spesso critici e capaci di privilegiare i valori intrinseci.

6. Discussione dei risultati

I dati emersi dall'analisi qualitativa dei brani rap prodotti dagli studenti confermano la capacità del metodo "Rap Terapia" di attivare processi di riflessione profondi e articolati, in linea con una concezione formativa dell'orientamento. La presenza di tutte e quattro le dimensioni dell'adattabilità di Savickas (2011) suggerisce che il percorso promuove una presa in carico complessiva della progettualità personale. La prevalenza della riflessione su di sé indica che il metodo è adeguato alla fase iniziale dell'orientamento.

I riferimenti a paure e incertezze rispetto al futuro confermano quanto rilevato dalla letteratura recente sul vissuto adolescenziale (Deloitte Global, 2025); mettono, però, anche in luce che il metodo consente di parlare di tali timori e di costruire una rappresentazione realistica e non idealizzata del mondo. Tuttavia, il dato più rilevante non è tanto la presenza dell'ansia, quanto la sua trasformazione narrativa: nei testi il futuro non viene evitato, ma progressivamente nominato e reso pensabile. Emerge dunque una capacità del percorso di incoraggiare le narrazioni aperte. I numerosi riferimenti al rialzarsi dopo le cadute e alla possibilità di apprendere dagli errori indicano poi una rappresentazione di sé come soggetto capace di affrontare le difficoltà, pur senza negarle. L'approccio narrativo può dunque promuovere negli adolescenti la capacità di stare in modo diverso nell'incertezza, come emerso da studi analoghi, anche se con metodologie differenti (Barreneche, Santi, Zorzi, 2023). Si evidenzia invece nei testi il peso che hanno per gli adolescenti le pressioni esterne, elemento che dovrebbe interrogare gli adulti educatori rispetto alle richieste che vengono dirette ai ragazzi. Così come dovrebbe far riflettere gli adulti la rappresentazione della famiglia che emerge dai brani. Le relazioni familiari, in maniera del tutto coerente con il periodo che stiamo vivendo (Centro Internazionale Studi Famiglia & Eumetra, CISF, 2025), appaiono ambivalenti, oscillando tra risorsa e ferita.

Le riflessioni sui valori estrinseci di denaro e successo mostrano una sorprendente capacità critica da parte degli studenti, forse sottovalutata dagli adulti.

7. Conclusioni

L'analisi dei brani ha fatto emergere esiti interessanti, che richiederebbero ulteriori approfondimenti attraverso rilevazioni processuali, per apprezzare le trasformazioni che qui possono essere solo ipotizzate, e individuare meglio esiti differenziali a seconda delle caratteristiche dei destinatari.

Nel complesso l'intervento orientativo condotto attraverso la metodologia del "rap educativo" risulta promettente per favorire la riflessione dei ragazzi sul futuro, su dimensioni valoriali e per favorire l'attivazione (almeno nel pensiero).

Riferimenti bibliografici

- Archer M. S. (2009). *Riflessività umana e percorsi di vita*. Trento: Erickson.
- Barreneche M.M., Santi M., Zorzi E. (2023). Il dis-orientamento come navigazione nell'incertezza: Una ricerca con adolescenti attraverso la P4C. *Lifelong Lifewide Learning*, 20(43): 145-159.
- Bozzato P. (2024). L'orientamento futuro degli adolescenti italiani nel periodo post-pandemico: associazioni con l'autoefficacia e il successo scolastico percepito. *Educ. Sci.*, 14(2): 1-18.
- Centro Internazionale Studi Famiglia & Eumetra (2025). *CISF Family Report 2025: Il fragile domani. La famiglia alla prova della contemporaneità*. Milano: San Paolo.
- Deloitte Global (2025). *2025 Gen Z and Millennial Survey*. In <https://www.deloitte.com/content/dam/assets-shared/docs/campaigns/2025/2025-genz-millennial-survey.pdf>
- Eures (2024). *Giovani 2024: il bilancio di una generazione*. In https://agenziagioventu.gov.it/wp-content/uploads/2024/04/2024_01_RAPPORTO-GIOVANI_REPORT-COMPLETO_4_4_2024.pdf
- Foundation for European Progressive Studies (FEPS) (2022). *Builders of Progress: The War in Ukraine Through the Eyes of Youth*. In <https://feps-europe.eu/publication/builders-of-progress-the-war-in-ukraine-through-the-eyes-of-youth/>
- Guichard J. (2009). Self-constructing. *Journal of Vocational Behavior*, 75(3): 251-258. <https://doi.org/10.1016/j.jvb.2009.03.004>
- Hirschi A. (2010). Positive Adolescent Career Development: The Role of Intrinsic and Extrinsic Work Values. *The Career Development Quarterly*, 58(3): 276-287. <https://doi.org/10.1002/j.2161-0045.2010.tb00193.x>
- Istat (2023). *Indagine bambini e ragazzi. Anno 2023. Nuove generazioni sempre più digitali e multiculturali*. In <https://www.istat.it/wp-content/uploads/2024/05/Bambini-e-ragazzi-2023.pdf>
- Kento F.C. (2020). *Barre. Rap, sogni e segreti in un carcere minorile*. Roma: Minimum fax.
- McFerran K.S., Roberts M., O'Grady L. (2010). Music Therapy with bereaved teenagers: a mixed methods perspective. *Death Studies*, 34(6): 541-565.
- Mezirow J. (1997). Transformative learning: Theory to practice. *New Directions for Adult and Continuing Education*, (74): 5-12.
- Miranda D. (2013). The role of music in adolescent development: much more than the same old song. *International Journal of Adolescence and Youth*, 18(1): 5-22.
- Ricchiardi P., Torre E. M., Lattanzi T. (2023). Percorsi di educazione alla scelta: valutazione dell'efficacia differenziale. *Lifelong Lifewide Learning*, 20(43): 246-266.
- Ricchiardi P., Torre E. M. (2024). I bisogni e le risorse dei ragazzi ucraini. In A.R. Favretto, M.T. Rossi (eds.), *Come vento su un campo. Essere genitori e figli in fuga da una guerra europea* (pp. 83-109). Bologna: Il Mulino.
- Savickas M. (2011). Career Adaptability: An Integrative Construct for Life-Span, Life-Space Theory. *Career Development Quarterly*, 45(3): 247-259.
- Travis R. (2013). Rap music and the empowerment of today's youth: evidence in everyday music listening, music therapy and commercial rap music. *Child and Adolescent Social Work Journal*, 30(2): 139-167.