

Giulia Barbero Vignola ed Elisabetta Crocetti

Adolescenti che cambiano tra relazioni familiari e autostima

Lo studio longitudinale Crescere presenta i risultati della quarta annualità, con un focus sui cambiamenti dei ragazzi – ormai adolescenti – e le nuove difficoltà che affrontano nel percorso verso la maturità. Passando dai 12 ai 15 anni, i rapporti familiari si complicano e si riscontra una diminuzione generale di autostima e livello di benessere. Questi cambiamenti, tuttavia, non devono essere visti come negativi: al contrario, sono un passaggio naturale nella crescita dei ragazzi e nel loro acquisire consapevolezza verso l'età adulta.

Studiare i cambiamenti: il valore della ricerca longitudinale

Giunto alla quarta annualità, lo studio Crescere si rivolge a ragazzi che stanno attraversando quella fase delicata, e almeno all'apparenza carica di criticità, che è l'adolescenza. Il progetto segue nel tempo un campione di oltre 500 ragazzi in provincia di Padova e Rovigo, per comprendere come crescono in un momento cruciale della loro vita e quali fattori favoriscono la crescita positiva e proteggono dai rischi, al fine di promuovere il benessere delle nuove generazioni¹ (Vecchiato T. e Canali C., 2013; Barbero Vignola G. e altri, 2016).

Al di là dei dati annuali raccolti sulle abitudini e sul benessere dei ragazzi, pur sempre molto interessanti e stimolanti in sé, la vera ricchezza dello studio Crescere emerge in tutta la sua importanza quando questi dati vengono confrontati per osservare i cambiamenti che avvengono nel tempo. Questo è il presupposto su cui si fonda il progetto: osservare come crescono i ragazzi, e nel tempo modificano il loro modo di

AUTORI

- *Giulia Barbero Vignola*, ricercatrice Fondazione «Emanuela Zan-can», Padova.
- *Elisabetta Crocetti*, docente Università di Bologna, Dipartimento di Psicologia.



vivere e la loro visione del mondo, perché sia utile a tutti – genitori, insegnanti, decisori politici – per migliorare nell’educazione, nel dialogo e in tutti quegli aspetti che possono aiutare la formazione e la crescita positiva delle generazioni presenti e future. Per questo motivo, Crescere nasce come uno studio longitudinale, cioè che prosegue nel tempo, in questo caso per 7 anni, accompagnando i ragazzi nella crescita dai 12 fino ai 18 anni.

Una ricerca che si dispiega per un periodo così lungo presenta in sé una serie di complessità non di poco conto, in particolare il rischio di abbandono del campione iniziale e la difficoltà di trovare un investitore che scommetta sul progetto: un obiettivo così a lungo termine, infatti, potrebbe essere visto come troppo rischioso. Tuttavia, se si vuole studiare e approfondire un percorso di crescita, non può esserci altra scelta possibile. Il successo e l’entusiasmo per lo studio Crescere, da questo punto di vista, stanno ampiamente premiando gli sforzi, e in particolare l’impegno di Fondazione Cassa di Risparmio di Padova e Rovigo, che anno dopo anno investe nel progetto permettendone il proseguimento.

La ricerca longitudinale rappresenta, infatti, il gold standard per rispondere a domande di ricerca che riguardano: traiettorie evolutive (come cambiano gli adolescenti?); fattori di rischio e di protezione (quali fattori favoriscono una crescita sana?); implicazioni dei diversi percorsi di crescita; processi e meccanismi che spiegano i cambiamenti in atto. Le risposte a queste domande implicano una dimensione temporale, quindi il campione va monitorato nel tempo.

La ricchezza offerta dalla ricerca longitudinale è una ricchezza non comune e che si dipanerà nel tempo, perché – come accade anche in altri paesi – il lavoro sui risultati proseguirà in maniera intensiva anche dopo la conclusione dello studio. Si costruisce infatti una ricchezza di conoscenza che richiede e merita tempi lunghi per poter essere pienamente utilizzata. Ed è proprio

grazie a questa mole di conoscenza se ora, a metà del percorso dello studio Crescere, è già possibile avventurarsi nell’analisi e nell’interpretazione dei dati emersi.

Strumenti

Tra i tanti temi dello studio, questo articolo si focalizza sull’analisi e l’interpretazione dei cambiamenti nei ragazzi nell’ambito delle relazioni familiari, della fiducia in se stessi, della felicità e della soddisfazione per la vita.

Per approfondire questi aspetti sono stati combinati diversi strumenti per ottenere una serie approfondita di informazioni. Ai ragazzi è stato chiesto di caratterizzare il loro legame con la famiglia attraverso:

- due domande tratte dallo studio HBSC² (Quanto è facile per te parlare con tuo padre/tua madre di cose che ti preoccupano veramente?);

- la scala di Zimet sul supporto familiare (Zimet G.D. e altri, 1988);

- la versione breve della scala IPPA (*Inventory of Parent and Peer Attachment*) che rileva l’attaccamento al padre e alla madre (Armsden G.C. e Greenberg M.T., 1987; Nada-Raja S., McGee R. e Stanton W.R., 1992). Le domande riguardano la fiducia, la comunicazione e la percezione di essere compresi (tutte con prospettiva doppia: in relazione al padre e alla madre).

Le informazioni sul rapporto genitori-figli sono state messe in relazione con altri aspetti indagati nello studio: genere, cittadinanza, composizione familiare, divorzio/separazione dei genitori, scuola frequentata, livelli di autostima, felicità e soddisfazione per la vita. Per valutare questi ultimi due aspetti sono state utilizzate altre due scale ampiamente usate negli studi con gli adolescenti:

- la scala dell’autostima di Rosenberg (1965);

- la Faces Scale di Andrew-Whitey (1976), una scala grafica a sette livelli.

Seguono nel dettaglio i risultati della

quarta annualità, con le risposte dei ragazzi a 15 anni, e il confronto con gli anni precedenti.

Relazioni familiari: come cambiano nel tempo

La maggior parte dei ragazzi vive con entrambi i genitori in famiglie unite (84%). Nella maggior parte dei casi, i ragazzi si sentono supportati e protetti dalla famiglia: 7 su 10 ricevono l'aiuto morale e il sostegno di cui hanno bisogno, 8 su 10 sono convinti che la famiglia cerca veramente di aiutarli.

Il dialogo è l'aspetto più critico: il 57% sa di poter parlare dei propri problemi in famiglia, il 25% è incerto («a volte sì a volte no»), il 18% invece non è d'accordo. È complicato soprattutto il dialogo con il padre: per quasi metà dei ragazzi risulta «difficile/molto difficile» parlare con lui di cose che preoccupano veramente. Il legame con la madre è più forte perché – dicono i ragazzi – c'è meno imbarazzo a parlare dei propri problemi, perché cerca di essere comprensiva, aiuta a conoscersi meglio, si interessa maggiormente dei problemi.

Nei quattro anni di osservazione si è notato un calo evidente nel supporto che i ragazzi percepiscono da parte della famiglia, che, seppur rimanendo positivo, passa dall'82% a 12 anni al 75% a 15 anni. Diventa più difficile anche il dialogo con i genitori, sia con la madre che con il padre (fig. 1, 2).

Fig. 1 - Quanto è facile parlare con il padre, percentuale di risposte «facile/molto facile»

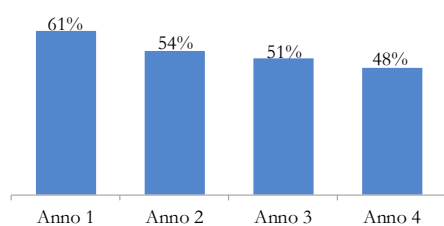
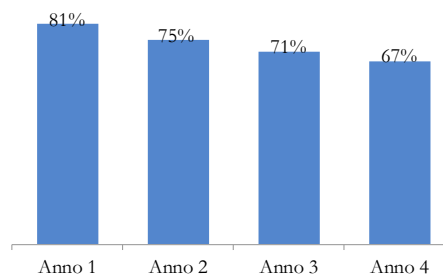


Fig. 2 - Quanto è facile parlare con la madre, percentuale di risposte «facile/molto facile»



Il dialogo con i genitori è un aspetto fondamentale della vita familiare: i dati evidenziano che, quando c'è un dialogo agevole con il padre e la madre, i ragazzi si sentono maggiormente supportati dalla famiglia. Di conseguenza, la comunicazione qualifica la relazione tra genitori e figli e favorisce il senso di protezione, e quindi di benessere, percepito dai ragazzi.

Confrontando le risposte dei ragazzi per tipo di istituto (licei, istituti tecnici e professionali), si notano variazioni sostanziali. Ad esempio, per i ragazzi dei professionali il supporto familiare percepito è inferiore: il 62% pensa di ricevere dalla famiglia il sostegno di cui ha bisogno, mentre negli istituti tecnici e nei licei sono il 74% ad essere d'accordo. Questo si spiega analizzando anche un altro dato, quello relativo all'instabilità familiare: infatti, negli istituti professionali i ragazzi che hanno sperimentato divorzio o separazione dei genitori sono quasi il doppio rispetto alle altre scuole (22% contro 12-13%).

Come variano autostima e felicità

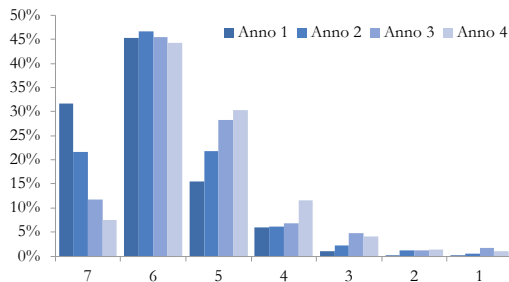
In generale, i ragazzi di 15 anni hanno un buon livello di autostima e fiducia nelle proprie capacità: 9 su 10 pensano di valere almeno quanto gli altri e di essere in grado di fare le cose bene come la maggior parte delle persone, 8 su 10 hanno un atteggiamento positivo verso se stessi e complessivamente sono soddisfatti di quello

che sono. D'altra parte, però, c'è anche chi pensa di essere un fallimento (sono il 14%). Inoltre 4 ragazzi su 10 a volte si sentono inutili e vorrebbero avere maggiore rispetto di se stessi.

Anche qui, i dati longitudinali evidenziano che il livello di autostima espresso diminuisce al crescere dell'età: con il tempo, i ragazzi sono meno soddisfatti di quello che sono, hanno un atteggiamento più critico nei propri confronti e più spesso si sentono inutili.

Notiamo poi un calo anche nella felicità. È stata usata la scala grafica di Andrew-Whitey, in cui i ragazzi devono indicare quale faccia tra le sette possibili rappresenta meglio il loro livello di felicità. Nel grafico in fig. 3 è chiaramente visibile il peggioramento nel tempo.

Fig. 3 - «Come ti senti in questo momento?», risposte dei ragazzi e confronto nel tempo

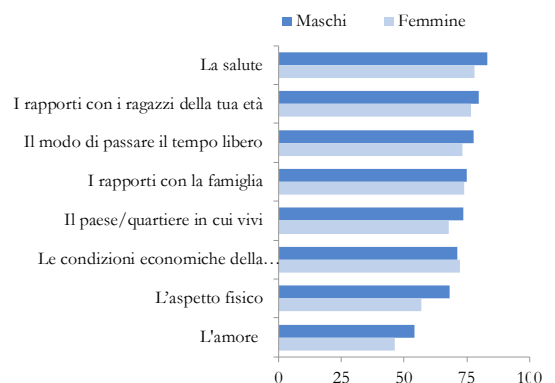


Nel primo anno di studio, quando i ragazzi avevano 12 anni, il quadro era molto positivo. A distanza di quattro anni, le proporzioni sono cambiate: la percentuale di ragazzi pienamente soddisfatti passa dal 77% al 52%, mentre i ragazzi completamente scontenti della loro vita aumentano, pur restando ancora una minoranza (2,4%). Si noti in particolare il ciclo inverso delle risposte 7 e 5: tutto sommato, i ragazzi sono ancora felici, ma a quest'età arrivano a considerare molti più fattori che tendono a far scalare il livello di felicità. Si può qui anti-

cipare una prima interpretazione: dai 12 ai 15 anni gli adolescenti acquistano maggiore consapevolezza di sé, dei propri punti di forza ma anche delle proprie debolezze; inoltre, il passaggio dal primo al secondo grado delle scuole secondarie comporta un lavoro significativo sul proprio concetto di sé (Crocetti E., Rubini M. e Meeus W., 2008), e questo spinge gli adolescenti a rimettersi in discussione, perdendo alcune delle certezze precedenti, cui consegue un calo nei livelli di autostima e benessere.

Con l'aumentare dell'età, aumenta anche la forbice di felicità e autostima fra ragazze e ragazzi. Nei primi due anni dello studio non c'erano differenze sostanziali, dal terzo anno invece il divario per genere si fa più forte: mediamente, i maschi esprimono livelli di benessere più elevati rispetto alle coetanee. L'area in cui si osservano maggiori differenze è l'aspetto fisico (fig. 4): le ragazze sono mediamente più insoddisfatte. In una scala da 0 a 100 (dove 0 indica «per niente contento» e 100 «molto contento»), il punteggio per i ragazzi è di 68 su 100, mentre per le femmine è di 57 su 100. Anche per quanto riguarda la fiducia in se stessi, i maschi esprimono di solito livelli superiori.

Fig. 4 - «Quanto sei contento per i seguenti aspetti della tua vita?», livelli medi di soddisfazione e differenze tra maschi e femmine



A cosa sono dovute queste differenze? E più in generale, da cosa dipendono le variazioni nei livelli di autostima e felicità?

Cambiamenti nei ragazzi: perché non dobbiamo preoccuparci

Visti i risultati e i cambiamenti nelle relazioni familiari, nell'autostima e nel benessere dei ragazzi durante la crescita, a una prima interpretazione si potrebbe pensare di essere di fronte a delle criticità. Al contrario, un'analisi più attenta permette di fare delle considerazioni più sfaccettate sui cambiamenti evolutivi, che mettono in luce aspetti positivi.

Alcuni cambiamenti che osserviamo nello studio «Crescere», infatti, sono cambiamenti che possiamo indicare come normativi, ovvero che rappresentano la norma, essendo parte del fisiologico processo di crescita.

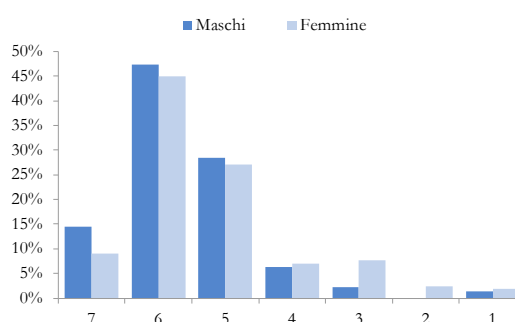
Per quanto riguarda le relazioni in famiglia, ad esempio, abbiamo visto come nel tempo sono aumentate le difficoltà nel comunicare e nel condividere le proprie esperienze con i genitori, in modo particolare con il padre. Il fatto che durante l'adolescenza queste relazioni tendono a diventare più problematiche e conflittuali è un dato osservato da altri studi longitudinali (De Goede I.H.A., Branje S.J.T. e Meeus W.H.J., 2009), oltre che, naturalmente, dai genitori di figli adolescenti, che affrontano quotidianamente la questione. Questo perché si tratta, di fatto, di un aspetto che fa parte del normale percorso di crescita. Le difficoltà che emergono sono legate alla necessità, da parte dei ragazzi, di rinegoziare dei ruoli e degli spazi di autonomia, e quindi vanno viste proprio in quest'ottica evolutiva.

Vale la pena approcciarsi con la stessa ottica all'altra questione considerata in questo articolo, e che può essere vista come potenzialmente critica: ovvero, una leggera flessione nei livelli di autostima e di soddisfazione per la vita. Se a una prima lettura si potrebbe pensare che questo dato indichi una diminuzione dei livelli di benessere, si presta in realtà anche a un altro tipo d'interpretazione, e cioè che, crescendo, i ragazzi diventano più capaci di valutare in maniera

critica se stessi e il contesto in cui vivono.

L'autostima è, in effetti, frutto di questo continuo confronto tra sé e gli altri (Rosenberg M., 1965), quindi questa leggera diminuzione, più che indicare un calo del benessere, può rivelare una maggiore consapevolezza e capacità di autocritica che va formandosi nei ragazzi. E questo spiega anche perché le ragazze, in genere, mostrano di avere una visione meno chiara di se stesse e livelli più bassi di autostima e benessere rispetto ai coetanei maschi (fig. 5).

Fig. 5 - «Come ti senti in questo momento?», livelli medi di benessere e confronto tra maschi e femmine



Questo dipende dal fatto che le ragazze tendono a essere più riflessive, e sono quindi portate a costruire una visione più problematica e complessa di se stesse (Crocetti E. e altri, 2013). Di conseguenza, i livelli inferiori di autostima e soddisfazione per la vita, più che un punto a sfavore, sono indice di questa maggiore riflessività.

Da queste riflessioni risulta chiaro che uno studio longitudinale come Crescere è tanto più prezioso perché, anziché fermarsi all'analisi di un dato istante, permette di comprendere i fenomeni che si sviluppano nel tempo, dando loro le interpretazioni che meritano. Le criticità che emergono, e che possono essere viste come fonte di conflitto e ansia ad esempio nel contesto familiare, acquistano così un significato diverso, in un'ottica evolutiva.

Una conferma di questo aspetto viene da un altro studio, di carattere retrospettivo, che ha coinvolto giovani dai 19 ai 28 anni,



chiamati a riflettere sulla loro esperienza attuale e sul loro vissuto del periodo adolescenziale (Crocetti E. e Meeus W., 2014). Nel parlare di relazioni familiari, il pensiero che compariva con maggior frequenza era: «adesso capisco perché i miei genitori si sono comportati così»; «adesso capisco la ragione di quell'imposizione, di quel limite, di quella regola»; «adesso ho un rapporto totalmente diverso con loro». È chiaro dunque come questi apparenti conflitti non siano altro che rinegoziazioni necessarie e naturali nel corso del normale processo di crescita dei ragazzi.

Formazione dell'identità in adolescenza

I risultati dello studio Crescere permettono di arricchire l'interpretazione dei dati con importanti riflessioni teoriche. Infatti, se più del 99% degli studi fotografano un'istantanea di tempo, ricerche longitudinali come questa permettono di andare oltre e vedere come ciò che viene misurato e valutato a una certa età dei ragazzi influenza quello che succede negli anni successivi, e via dicendo.

In particolare, vale la pena osservare come le relazioni, sia con la famiglia che con gli amici, si rapportano alla formazione dell'identità dei ragazzi; tenendo sempre presente che la gestione dei diversi processi di crescita da parte degli adolescenti non avviene mai in un vuoto sociale, ma in una trama di rapporti significativi dove gli attori coinvolti sono molteplici: famiglia, amici, insegnanti, educatori (Palmonari A. e Crocetti E., 2011).

Un primo concetto da introdurre è quello di trasmissione intergenerazionale, con cui si fa riferimento ai processi di trasmissione, dai genitori ai figli, di caratteristiche, modalità relazionali e comportamenti (Crocetti E. e altri 2016). Considerando ad esempio la gestione dei conflitti, il fattore chiave per identificare gli stili di risoluzione, e prevedere quelli che adotteranno i ragazzi, sarà

vedere come padre e madre gestiscono i loro conflitti all'interno della coppia genitoriale (Van Doorn M.D., Branje S.J.T. e Meeus W.H.J., 2007).

Lo stesso è stato dimostrato per quanto riguarda la chiarezza del concetto di sé (più i genitori ne hanno uno chiaro e ben definito, più questo si trasmette in maniera positiva ai figli; Crocetti E. e altri, 2016) e per l'empatia (Van Lissa C.J. e altri, 2014).

Lo studio Crescere prevede, nella molteplicità degli aspetti analizzati, degli indicatori dei rapporti con il padre, con la madre e con gli amici. Poiché la ricerca permette di valutare come una caratteristica misurata in un dato anno influisce sulla crescita negli anni successivi, questi valori possono essere rapportati con la formazione dell'identità, per provare a capire come i due aspetti si influenzano a vicenda. In questo modo, Crescere contribuisce alla cosiddetta comprensione «dello sviluppo nel contesto» (Bosma H.A. e Kunnen E.S., 2008).

I risultati di questa analisi mostrano che, più gli adolescenti sviluppano la loro identità, più hanno una capacità proattiva di incidere nelle loro relazioni familiari e amicali: di conseguenza, tanto più acquisiscono degli impegni certi nella realtà, tanto più migliorano i loro rapporti con la madre, con il padre e con gli amici (Crocetti E., Barbero Vignola G. e Rubini M., 2017).

D'altro canto, quando c'è una relazione problematica con gli amici, i ragazzi tendono a mettere in discussione i loro impegni, e questo sottolinea l'importanza che rivestono le relazioni amicali nel loro percorso di formazione dell'identità.

Come proseguire

Esistono ancora molti altri aspetti, che saranno oggetto delle prossime analisi e riflessioni. Un obiettivo tra gli altri sarà osservare i ruoli dei diversi indicatori della qualità delle relazioni: valutare, ad esempio, se sia più importante la fiducia che i ragazzi hanno nei genitori, oppure la comunicazio-

ne, oppure ancora sentirsi compresi, anche se si preferisce parlare con gli amici.

Altro obiettivo molto importante sarà studiare per quali adolescenti si verificano alcune condizioni, in base a variabili come il profilo di personalità, il clima familiare più o meno supportivo, e così via.

Gli approfondimenti possibili negli anni a venire sono moltissimi e dal potenziale immenso. E tutto ciò ribadendo che questo tipo di studi è tanto più importante perché non punta a una comprensione fine a se stessa o alla mera divulgazione scientifica ma è finalizzata a comprendere da un lato come intervenire, dall'altro come creare dei contesti che possano promuovere e sostenere lo sviluppo degli adolescenti.

Note

- 1 Lo studio longitudinale CRESCERE è realizzato dalla Fondazione Zancan grazie al contributo della Fondazione Cassa di Risparmio di Padova e Rovigo. Per informazioni www.crescerebene.org.
- 2 HBSC (Health Behaviour in School-aged Children) è uno studio multi-centrico internazionale, svolto in collaborazione con l'Ufficio Regionale dell'Organizzazione Mondiale della Sanità per l'Europa. L'indagine coinvolge ragazzi di 11, 13 e 15 anni.

SUMMARY

The longitudinal study CRESCERE presents the results of the fourth year of data collection, about the changes and the difficulties that the adolescents face in their path towards maturity. From 12 to 15 years old, family relationships become complicated and there is a general decrease in the levels of self-esteem and well-being. However, these changes should not be seen as negative: on the contrary, they are a natural step in the growth of children and their awareness of adulthood.



- Armsden G.C. e Greenberg M.T. (1987), *The Inventory of Parent and Peer Attachment: Individual differences and their relationship to psychological well-being in adolescence*, in «Journal of Youth and Adolescence», 16, pp. 427-454.
- Barbero Vignola G., Bezze M., Canali C., Crocetti E., De Leo D., Eynard M., Maurizio R., Milan G., Ongaro F., Schiavon M. e Vecchiato T. (2016), *Crescere: uno studio longitudinale per il benessere dell'infanzia*, in «Studi Zancan», 1, pp. 21-32.
- Bosma H.A. e Kunnen E.S. (2008), *Identity-in-context is not yet identity development-in-context*, in «Journal of Adolescence», 31, pp. 281-289.
- Crocetti E. e Meeus W. (2014), *«Family comes first!» Relationships with family and friends in Italian emerging adults*, in «Journal of Adolescence», 37, pp. 1463-1473.
- Crocetti E., Barbero Vignola G. e Rubini M. (2017), *The interplay of identity formation and parental and peer bonds: A longitudinal study with early adolescents*, in Becht A.I. (Chair), *Adolescents' identity formation in context: Longitudinal studies from Japan, Italy, and The Netherlands*. Symposium conducted at the 24th Annual Conference of the International Society for Research on Identity (ISRI), Groningen, the Netherlands.
- Crocetti E., Rubini M. e Meeus W. (2008), *Capturing the dynamics of identity formation in various ethnic groups: Development and validation of a three-dimensional model*, in «Journal of Adolescence», 31 (2), pp. 207-222.
- Crocetti E., Rubini M., Branje S., Koot H.M. e Meeus W. (2016), *Self-concept clarity in adolescents and parents: A six-wave longitudinal and multi-informant study on development and intergenerational transmission*, in «Journal of Personality», 84(5), pp. 580-593.
- Crocetti E., Sica L.S., Schwartz S.J., Serafini T. e Meeus W. (2013), *Identity styles, processes, statuses, and functions: Making connections among identity dimensions*, in «European Review of Applied Psychology», 63, pp. 1-13.
- De Goede I.H.A., Branje S.J.T. e Meeus W.H.J. (2009), *Developmental changes in adolescents' perceptions of relationships with their parents*, in «Journal of Youth and Adolescence», 38(1), pp. 75-88.
- Nada-Raja S., McGee R., Stanton W.R. (1992), *Perceived attachment to parents and peers and psychological well-being in adolescence*, in «Journal of Youth and Adolescence», 21, pp. 471-485.
- Palmonari A. e Crocetti E. (2011), *Identità e concetto di sé*, in Palmonari A. (a cura di), *Psicologia dell'adolescenza* (Terza Edizione), Il Mulino, Bologna, pp. 67-90.
- Rosenberg M. (1965), *Society and the Adolescent Self-Image*, Princeton, Princeton University Press, New Jersey.
- Van Doorn M.D., Branje S.J.T. e Meeus W.H.J. (2007), *Longitudinal transmission of conflict resolution styles from marital relationships to adolescent-parent relationships*, in «Journal of Family Psychology», 21(3), pp. 426-434.
- Van Lissa C.J., Hawk S.T., De Wied M., Koot H.M., Van Lier P. e Meeus W. (2014), *The longitudinal interplay of affective and cognitive empathy within and between adolescents and mothers*, in «Developmental Psychology», 50(4), pp. 1219-1225.
- Vecchiato T. e Canali C. (2013), *Crescere oggi: ricerca e politiche sociali per la crescita positiva*, in F. Mazzucchelli (a cura di), *La preadolescenza. Passaggio evolutivo da scoprire e da proteggere*, Franco Angeli, Milano, pp. 31-46.
- Zimet G.D., Dahlem N.W., Zimet S.G., Farley G.K. (1988), *The Multidimensional Scale of Perceived Social Support*, in «Journal of Personality Assessment», 52, pp. 30-41.