

Giulia Barbero Vignola, Maria Bezze, Cinzia Canali,  
 Elisabetta Crocetti, Diego De Leo, Martin Eynard,  
 Roberto Maurizio, Giuseppe Milan, Fausta Ongaro,  
 Maurizio Schiavon, Tiziano Vecchiato

# Crescere: studio longitudinale per il benessere dell'infanzia

La transizione dall'infanzia all'adolescenza è un momento chiave nella vita di una persona. Si affrontano numerose sfide e compiti di sviluppo, che aiutano la persona a potenziare le capacità e a formare la propria identità. Quali fattori favoriscono la crescita positiva e proteggono dai rischi? È la domanda principale dello studio CRESCERE. I risultati mettono in luce i circoli virtuosi che si possono sviluppare nella vita dei ragazzi. Emerge l'importanza dei legami familiari, del dialogo con i genitori, del supporto che percepiscono dalla famiglia e di quanto sia importante per promuovere la fiducia nelle proprie capacità, il sentirsi bene con se stessi e con gli altri. Il benessere scolastico è un altro aspetto fondamentale per la crescita, per lo sviluppo psicologico e sociale dei ragazzi.

## Crescere un progetto ambizioso

**C**RESCERE è l'acronimo di «Costruire Relazioni ed Esperienze di Sviluppo Condivise con Empatia, Responsabilità ed Entusiasmo». È uno studio longitudinale che accompagna nel tempo un campione di ragazzi e famiglie in provincia di Padova e Rovigo. I ragazzi sono seguiti dagli 11 ai 18 anni, osservando periodicamente i cambiamenti nel loro modo di pensare, di agire e di relazionarsi con gli altri. È uno studio panel prospettico articolato in 8 rilevazioni (*waves*), una per ogni anno (fig. 1).

L'obiettivo principale è capire come crescono i ragazzi in un momento cruciale della loro vita, la transizione dall'infanzia all'adolescenza, verso l'età adulta. Quali fattori favoriscono la crescita positiva e proteggono dai rischi? Come possiamo aiutare i genitori, gli insegnanti, gli educatori, i decisori politici e tutti coloro che accompagnano gli adolescenti nel processo di crescita?

Lo studio è realizzato dalla Fondazione Emanuela Zancan, con il sostegno della Fondazione Cassa di Risparmio di Padova e Rovigo e in collaborazione con molti partner locali ([www.crescerebene.org](http://www.crescerebene.org))<sup>1</sup>.

## AUTORI

- *Giulia Barbero Vignola*, ricercatrice Fondazione «Emanuela Zancan», Padova.
- *Maria Bezze*, ricercatrice Fondazione «Emanuela Zancan», Padova.
- *Cinzia Canali*, ricercatrice Fondazione «Emanuela Zancan», Padova.
- *Elisabetta Crocetti*, ricercatrice Università di Bologna.
- *Diego De Leo*, professore emerito di Psichiatria, Griffith University (Australia), e Presidente De Leo Fund Onlus.
- *Martin Eynard*, Fondazione «Emanuela Zancan» e Centro de Investigaciones y Estudios sobre Cultura y Sociedad, Universidad de Córdoba (Argentina).
- *Roberto Maurizio*, educatore, Fondazione «Emanuela Zancan», Padova.
- *Giuseppe Milan*, professore Università degli Studi di Padova.
- *Fausta Ongaro*, professore Università degli Studi di Padova.
- *Maurizio Schiavon*, responsabile S.S. Medicina dello sport e attività motorie, Azienda Ulss 16, Padova.
- *Tiziano Vecchiato*, direttore Fondazione «Emanuela Zancan», Padova.

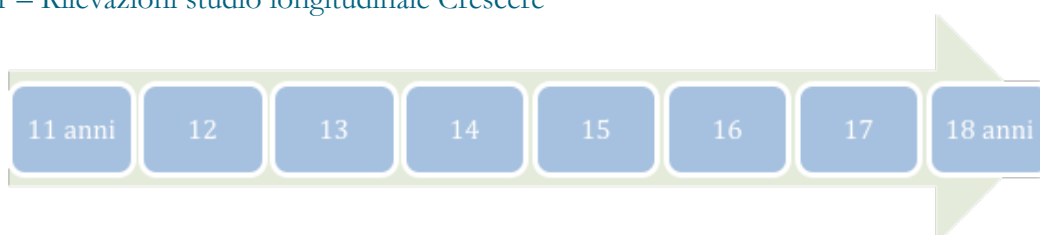
## Perché un focus sugli adolescenti?

La transizione dall'infanzia all'adolescenza e all'età adulta è un processo lungo e graduale, unico dal punto di vista dello sviluppo dal momento che in nessun altro periodo della vita avvengono così tanti cambiamenti in un periodo così breve (Montemayor R. *et al.*, 1990). Può essere suddiviso in preadolescenza (10-13 anni), adolescenza (14-18 anni) e tarda adolescenza o giovinezza (19-23 anni). È segnato da tappe importanti della crescita fisica, cognitiva, emozionale, sociale con implicazioni di lungo termine nell'età adulta.

Numerosi studi hanno individuato fattori di rischio e fattori protettivi dell'adolescenza associati ad esiti nell'età adulta, quali ad esempio il rendimento scolastico, i problemi comportamentali, l'affettività e le relazioni familiari (Rutter M., 2000; Schinke S.P. *et al.* 2002; Maluccio A.N. *et al.*, 2011, Barbero Vignola G. e Miari F., 2014).

Per comprendere tutto questo su scala quotidiana, Palmonari (2011) riprende l'idea dei «compiti di sviluppo» inizialmente proposta da Havighurst (1952, 1953). Per crescere bisogna superare alcune sfide, come nei miti antichi. Non sono sfide facili, visto che contemporaneamente nascono da un bisogno individuale e da una richiesta sociale. Non sarebbero punti di arrivo ma di passaggio, come altrettante pietre, utili per attraversare il torrente, senza cadere nell'acqua. Sono in definitiva esperienze necessarie, per costruire e alimentare fiducia in se stessi e nel proprio futuro, allargando l'orizzonte e la percezione di un domani «alla propria portata».

Fig. 1 – Rilevazioni studio longitudinale Crescere



Ogni compito superato prepara e alimenta nuove capacità, necessarie per affrontare altre sfide (Palmonari A. e Crocetti E., 2011; Vecchiato T. e Canali C., 2013).

In adolescenza i compiti di sviluppo che i ragazzi e le ragazze si trovano ad affrontare ruotano intorno al bisogno di sviluppare la propria identità (Crocetti E., Rubini M. e Meeus N., 2008; Erikson E., 1968). Infatti, in questo periodo gli individui devono ristrutturare la loro identità a seguito dei rapidi cambiamenti che avvengono a livello fisico (dovuti allo sviluppo puberale), a livello cognitivo (legati all'acquisizione del pensiero ipotetico-deduttivo) e a livello sociale (dovuti all'ingresso in una nuova scuola, alla formazione di nuovi legami di amicizia e al cambiamento nelle relazioni familiari).

La formazione dell'identità di un individuo è un processo molto complesso e articolato. Si nutre di un insieme vasto di componenti che interagiscono tra loro nella crescita della persona. L'ambiente culturale e sociale in cui l'individuo nasce e trascorre i primi anni di vita, l'educazione dei genitori, l'istruzione ricevuta, le caratteristiche della famiglia di origine, sono tutti fattori che concorrono a influenzare l'identità, i desideri, gli orientamenti che preparano il futuro. Interagiscono tra loro e con le caratteristiche psicologiche dell'individuo, in un continuo processo di apprendimento e rivalutazione di valori, ideali e stili di vita.

In un mondo che cambia rapidamente, in continua trasformazione tecnologica e sociale, è importante riuscire a riconoscere, interpretare e analizzare questi cambiamenti. Ciò che spesso manca è la voce dei ragazzi, dare a loro la possibilità di esprimersi, descrivendo le difficoltà che vivono ogni giorno, ma anche le loro potenzialità. La prospettiva dei giovani può essere diversa da quella che ci si aspetta o da quella degli adulti. Per questo è necessario ascoltarli nella loro quotidianità e nelle loro esperienze di vita (Ben Arieh A., 2001; 2013; Casas F., 2013; Lerner J.V. 2009). L'attenzione è sulle qualità positive e sui risultati che gli

adolescenti possono raggiungere in questo periodo della loro vita.

## Perché uno studio longitudinale?

Gli studi longitudinali rappresentano il «*gold standard*» per comprendere i percorsi di sviluppo degli adolescenti. Infatti, negli studi longitudinali un gruppo di individui viene seguito nel corso del tempo, prevenendo la raccolta di dati a intervalli prestabiliti (ad esempio, ogni anno). In questo modo è possibile rispondere a varie domande di ricerca:

a) come evolvono nel tempo i processi psicologici? Per esempio, come cambiano nel tempo i livelli di stima di sé degli adolescenti? Rimangono stabili, aumentano, diminuiscono?

b) i cambiamenti si manifestano in maniera simile negli adolescenti o è possibile individuare diverse traiettorie evolutive? Per esempio, per un sottogruppo di ragazzi i livelli di stima di sé potrebbero aumentare nel tempo mentre per un altro sottogruppo potrebbero rimanere stabili e per un terzo sottogruppo diminuire;

c) quali sono i fattori socio-demografici (es. genere), individuali (es. caratteristiche di personalità), relazionali (es. rapporto con i genitori e con la rete amicale), e/o sociali (es. opportunità offerte dal contesto di appartenenza) che predicano uno sviluppo positivo?

Gli Stati Uniti e i paesi del Nord Europa investono da decenni negli studi longitudinali perché ne hanno compreso l'importanza sociale. In Italia, purtroppo, non è così. Le risorse limitate dedicate alla ricerca non hanno permesso di avviare studi della stessa durata e complessità di quelli realizzati in altri paesi. Ad esempio il *Millennium Cohort Study* (MCS) segue nel tempo la vita di un campione di circa 19.000 individui nati nel Regno Unito negli anni 2000-2001 ([www.cls.ioe.ac.uk](http://www.cls.ioe.ac.uk)). Negli Stati Uniti lo studio longitudinale *Add Health* coinvolge circa 90.000 ragazzi. Raccoglie informazioni a



partire dalle scuole e poi approfondisce l'essere genitori, fratelli e sorelle, compagni di scuola, insegnanti ecc. È stato sollecitato dal Congresso Americano, che voleva maggiore attenzione sui fattori che influenzano la salute e i comportamenti ([www.cpc.unc.edu/projects/addhealth](http://www.cpc.unc.edu/projects/addhealth)).

In Europa, va segnalato anche lo studio *Growing Up in Ireland*, che coinvolge circa 20.000 ragazzi, le loro famiglie e i loro insegnanti. È uno studio nazionale con l'obiettivo di tracciare un disegno completo dei ragazzi in Irlanda e di come crescono nell'attuale contesto sociale, economico e culturale ([www.growingup.ie](http://www.growingup.ie)).

### Il percorso dal 2009 ad oggi

L'idea dello studio è nata nel 2009 da Fondazione Zancan e De Leo Fund. Gli anni successivi sono serviti per fare una valutazione preventiva di fattibilità. Si trattava di capire se e in che misura le istituzioni locali potevano essere coinvolte e quali condizioni erano necessarie per renderlo attuabile, dato che uno studio longitudinale richiede un impegno continuativo nel tempo da parte di molti soggetti con diverse responsabilità istituzionali, sociali e scientifiche.

Nella prima fase è stato necessario costruire le «infrastrutture sociali», ovvero le reti e le collaborazioni indispensabili per avviare lo studio nel territorio: le Conferenze dei Sindaci, i Comuni, le Aziende Sanitarie, le scuole, gli enti finanziatori, le associazioni. In parallelo è stata realizzata l'analisi di studi analoghi in Italia e all'estero, attivando collaborazioni con altri centri di studio e ricerca internazionali (es. RADAR, HBSC, *Children's Worlds*)<sup>2</sup>.

Il comitato scientifico ha definito nel dettaglio le varie fasi dello studio e gli strumenti di valutazione. Il comitato è composto da ricercatori delle università di Milano, Padova, Bologna, Verona, Utrecht (Olanda) e Brisbane (Australia). Sono studiosi esperti sui temi dello sviluppo, con competenze

in sociologia, psicologia, pedagogia, educazione, pediatria, neuropsichiatria infantile, demografia, statistica, metodologia della ricerca. Alcuni sono membri della *International Association for Outcome-Based Evaluation and Research on Family and Children's Services* (iaOBERfcs) e della *International Society for Child Indicators* (ISCI).

Nel 2012 il progetto è stato presentato alle Conferenze dei sindaci, proponendo ai Comuni di collaborare e agevolare il contatto con le famiglie. Si è scelto di coinvolgere tutti i Comuni della provincia, e non soltanto un campione, per dare la possibilità a tutti gli enti del territorio di partecipare e diventare parte attiva del progetto. Hanno aderito 84 Comuni della provincia di Padova e il Comune di Rovigo. Il campione è stato estratto secondo procedimento probabilistico, dalle liste anagrafiche dei residenti nati nel 2001, con stratificazione per ambito territoriale, genere e cittadinanza.

Nel 2013 tutte le famiglie selezionate sono state contattate per presentare il progetto e ottenere la loro adesione. Successivamente è iniziata la fase di raccolta dati sul campo tramite interviste ai ragazzi e ai loro genitori.

Nel frattempo si è ampliata la rete di collaborazioni: lo studio ha ottenuto il patrocinio della Fondazione Città della Speranza e dell'Autorità Garante per l'Infanzia e l'Adolescenza. L'Ufficio di Protezione e Pubblica Tutela dei Minori della Regione Veneto ha manifestato il suo interesse e il Pubblico Tutore si è reso disponibile a promuovere i risultati dello studio. Tra gli enti che collaborano alla promozione si è aggiunta la Fondazione Girolamo Bortignon per l'educazione e la scuola. L'Azienda Sanitaria Ulss 16 di Padova ha avviato la realizzazione dei «bilanci di salute», organizzando visite mediche per monitorare lo sviluppo fisico dei ragazzi e lo stato di salute<sup>3</sup>.

La prima *wave* di raccolta dati ha visto la partecipazione di 490 ragazzi e famiglie. Nel 2015 lo studio è giunto al termine della seconda annualità ed è stato possibile

confrontare le risposte da un anno all'altro, analizzando i cambiamenti che si sono prodotti nei ragazzi, nel loro modo di pensare, di agire e di relazionarsi con gli altri. Hanno partecipato alla seconda rilevazione 450 famiglie, registrando un tasso di risposta molto alto, pari al 92%, per niente scontato trattandosi di uno studio longitudinale. L'aspetto più problematico nella gestione di un'indagine panel è infatti la perdita delle unità originarie del campione (*attrition*). Con il tempo il campione originario si assottiglia perché alcuni individui non sono interessati a partecipare all'indagine o non sono più rintracciabili.

## Le aree di approfondimento

I dati raccolti nei due anni di studio offrono una fotografia in divenire dei ragazzi che oggi affrontano la transizione dall'infanzia all'adolescenza. Le informazioni sono state raccolte attraverso un questionario, in parte autocompilato e in parte somministrato a cura di un gruppo di rilevatori, che approfondisce diverse aree (Box 1). Il potenziale conoscitivo è molto grande ed è prezioso per identificare i processi evolutivi, individuare i fattori di rischio e quelli che favoriscono la crescita positiva. In quest'articolo l'attenzione si focalizza su alcuni temi risultati di particolare interesse per le famiglie negli incontri di condivisione.

## Obesità e salute nei ragazzi

I bilanci di salute realizzati in collaborazione con l'Azienda Ulss 16 di Padova hanno fornito importanti informazioni sullo stato di salute dei ragazzi. Ne è emerso che il 15% dei ragazzi è in sovrappeso e la quota di obesi arriva al 10%. Nel complesso, dunque, a 12 anni un ragazzo su quattro è in eccesso ponderale (Barbero Vignola G. *et al.*, 2015).

### BOX 1 - Aree approfondimento

- attività del tempo libero, sport e attività fisica
- uso delle tecnologie
- vita in famiglia
- stili genitoriali, valori e orientamenti dei genitori
- autonomia e collaborazione in casa
- alimentazione e salute
- atteggiamento verso la scuola, apprendimento e motivazione allo studio
- percorso scolastico
- competenze linguistiche
- identità scolastica
- relazioni con insegnanti e compagni di classe
- relazioni con gli amici
- bullismo
- consumo di alcool, tabacco e droghe
- spiritualità
- punti di forza e debolezza
- autostima
- benessere e soddisfazione per la vita
- aspettative per il futuro

Le percentuali riscontrate nello studio CRESCERE sono pressoché in linea con i dati raccolti nel 2010 dal sistema di monitoraggio nazionale sui bambini Italiani in età scolare *Health Behaviour in School-age Children-HBSC* (Cavallo F. *et al.*, 2013).

La condizione di sovrappeso/obesità si osserva maggiormente nei maschi rispetto alle femmine. Infatti, a 12 anni il 19,8% dei maschi risulta in sovrappeso, mentre per le femmine è il 9,8%. La percentuale di maschi obesi è pari al 12,7%, mentre per le femmine è il 7,4%. In totale, la condizione di eccesso ponderale riguarda il 32,5% dei maschi contro il 17,2% delle femmine (tab. 1 e fig. 2). Il fatto che ragazzi di questa età



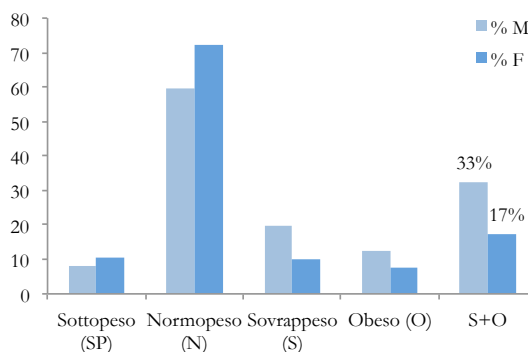
siano sovrappeso li espone precocemente a complicanze quali difficoltà respiratorie, problemi articolari, mobilità ridotta. A ciò si aggiungono le evidenze scientifiche sul fatto che bambini obesi hanno una più alta probabilità di diventare adulti obesi, con più alto rischio di sviluppare malattie cardiovascolari e diabete di tipo 2. Inoltre, non vanno sottovalutati gli aspetti psicologici, poiché questi ragazzi spesso si sentono a disagio, fino a maturare un vero e proprio rifiuto del proprio aspetto fisico e allo sviluppo di un senso d'insicurezza. Escono meno di casa, stanno più tempo davanti alla TV e al computer e instaurano, così facendo, un circolo vizioso di inattività che li può portare a iperalimentazione reattiva.

CRESCERE è un'occasione per dialogare con i giovani su questi temi, orientandoli verso una corretta alimentazione e una quotidiana attività motoria, migliorando lo stile di vita.

Tab. 1 – Peso corporeo: distribuzione dei ragazzi per classi di Cole, valori percentuali

	Maschi	Femmine
Sottopeso (SP)	7,9	10,7
Normopeso (N)	59,5	72,1
Sovrappeso (S)	19,8	9,8
Obeso (O)	12,7	7,4
Totale	100,0	100,0
S+O	32,5	17,2

Fig. 2 – Peso corporeo: distribuzione dei ragazzi per classi di Cole, valori percentuali

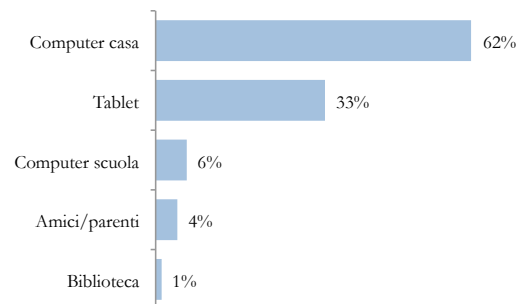


## Internet e social network

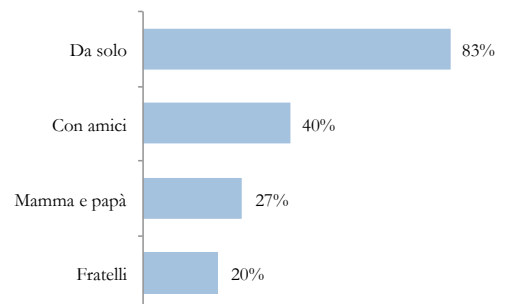
A 13 anni più di 3 ragazzi su 4 si collegano a internet tutti i giorni (78%) e 8 su 10 si collegano tramite smartphone. L'84% ha uno smartphone che può utilizzare per uso personale. Usano anche il computer di casa (62%) o il tablet (33%). Navigano in media 1 ora e 30 minuti al giorno. 1 su 3 naviga libero su internet, senza limiti di tempo o restrizioni di siti in cui non può andare (figura 3).

Fig. 3 – Uso di internet

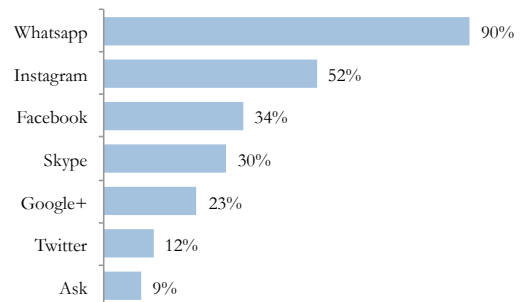
### Mezzi per connettersi a internet



### Modalità di uso di internet



### Tipologia di social network utilizzati



Confrontando questi dati con quello che i ragazzi avevano risposto un anno prima,

quando avevano 12 anni, si notano dei cambiamenti nell'uso della tecnologia. In particolare cambia il modo di navigare in internet: dalla seconda rilevazione emerge che in 8 casi su 10 i ragazzi sono da soli, si connettono meno in compagnia dei genitori e più con gli amici. Preferiscono usare lo smartphone per le attività più personali, come chattare con gli amici e usare i *social network*, mentre per altre attività più comuni o legate agli obblighi scolastici (es. fare ricerche per la scuola, leggere e scrivere testi) utilizzano maggiormente il computer, che di solito è condiviso con altri membri della famiglia.

Quasi tutti usano *social network* per comunicare con familiari, amici o persone che non conoscono. Un tredicenne su tre ha un profilo Facebook (34%). Il 18% lo guarda tutti i giorni o quasi. La proporzione rispetto all'anno precedente è aumentata (erano il 20% gli iscritti a Facebook, di cui il 10% con consultazione quotidiana). Il 95% dei ragazzi ha amici che usano Facebook. Ancora pochi a 13 anni usano Twitter, solo il 12%. È comunque una tendenza in crescita (un anno prima erano solo il 4%). Nove su dieci usano Whatsapp, Instagram (50%), Skype (30%), Google+ (22%) e molti altri (Viber, Line, Telegram, Snapchat, Tumbler, Kik, Omegle). Il 9% dei ragazzi usa Ask, un programma di chat online per fare domande in modo anonimo.

## Vita in famiglia e dialogo con i genitori

Emerge un quadro positivo del rapporto genitore-figlio: i ragazzi riescono a dialogare con i propri genitori, si sentono sostenuti e protetti. Sanno che la famiglia cerca di aiutarli (l'85% è «d'accordo/molto d'accordo»), ricevono il sostegno morale e l'aiuto di cui hanno bisogno (78%), possono contare sulla famiglia quando devono prendere decisioni (89%).

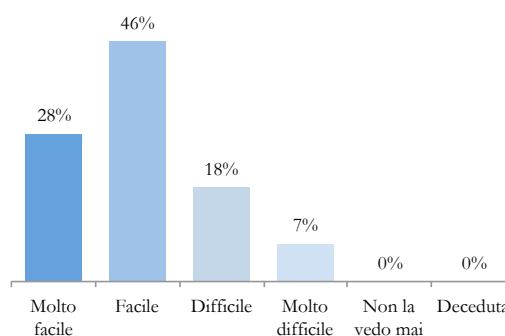
L'aspetto più critico è quello del dialogo: il 65% sa di poter parlare dei propri proble-

mi in famiglia, il 22% è incerto («a volte sì a volte no») e il 13% invece non è d'accordo.

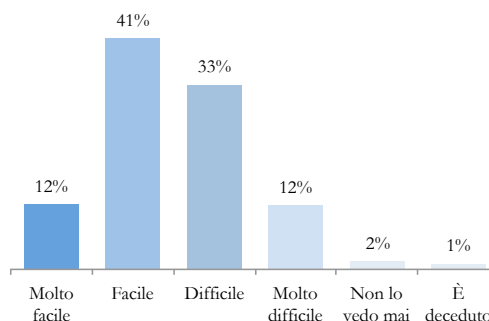
A un'analisi più approfondita, emerge che a 13 anni i tre quarti dei ragazzi riescono a dialogare facilmente con la madre di cose che li preoccupano veramente. Per più della metà (53%) è «facile/molto facile» parlare anche con il padre (figura 4). Il legame con entrambi i genitori è forte ed emerge una correlazione statisticamente significativa tra le due variabili (Pearson  $r=0,506$ ;  $p<0,001$ ). In altre parole, quanto più è facile parlare con il padre, tanto più è facile parlare con la madre. Viceversa, se il dialogo è difficile con uno dei due genitori, tendenzialmente lo è anche con l'altro.

Fig. 4 – Dialogo in famiglia

Quanto è facile parlare con tua madre di cose che ti preoccupano veramente?



Quanto è facile parlare con tuo padre di cose che ti preoccupano veramente?



In generale il legame con la madre è più forte, soprattutto perché – dicono i ragazzi – è più facile parlare con la madre di proble-



mi e preoccupazioni, c'è meno imbarazzo, si interessa quando sa che c'è qualcosa che li preoccupa, li aiuta a conoscersi meglio.

Le femmine hanno più difficoltà a parlare con il padre dei propri problemi, perché si sentono imbarazzate. Il rapporto con la madre, invece, è più facile per le figlie, soprattutto perché si sentono più libere di parlare dei loro problemi e preoccupazioni, perché in questo modo riescono a conoscersi meglio, perché si sentono sostenute nell'affrontare i problemi. Viceversa, gli aspetti negativi («Vorrei avere una madre diversa da quella che ho», «Mia madre non si cura molto di me») sono maggiormente indicati dai maschi rispetto alle coetanee.

Il dialogo e la relazione con i genitori è fondamentale perché innesca un circolo positivo: quando c'è un dialogo agevole con il padre e la madre, i ragazzi si sentono maggiormente supportati dalla famiglia, hanno maggiore fiducia in se stessi e in generale esprimono un maggior livello di benessere (Barbero Vignola G., Bezze M. e Maurizio R., 2015).

## Bullismo

Il bullismo è un fenomeno che riguarda la quotidianità dei preadolescenti padovani. Era emerso già dai primi dati e la seconda annualità lo conferma (Barbero Vignola G. e Decimi G., 2014). Tra i ragazzi di 13 anni,

6 su 10 dichiarano di aver subito atti di bullismo negli ultimi 6 mesi.

Le forme più frequenti di bullismo sono di tipo verbale: insulti, offese, prese in giro, bugie e falsità. Il 42% dei ragazzi intervistati dichiara di «essere stato insultato, offeso o preso in giro» almeno una volta negli ultimi sei mesi e il 4% afferma di aver subito questi comportamenti «tutti i giorni o quasi». Uno su tre dice di «aver subito bugie, falsità o essere stato disprezzato». Il bullismo relazionale colpisce più di un ragazzo su tre (37%), che riferisce di essere stato «escluso o ignorato dal gruppo». Le forme di bullismo indiretto (verbale e relazionale) sono più diffuse rispetto alle forme di bullismo fisico. Soltanto una minoranza riferisce di aver subito violenza fisica e di essere stato «colpito, calciato, spinto o rinchiuso» (9%).

A queste forme classiche si aggiunge il «cyberbullismo», che si verifica tramite e-mail, sms, messaggi sui *social network* ecc. Si distingue dalle altre forme per il fatto che la vittima non può in nessun modo sottrarsi alle angherie subite e che, in molti casi, l'autore resta anonimo. Dai dati dello studio CRESCERE risulta che il 16% ha subito questa forma di prepotenza almeno una volta negli ultimi sei mesi (tabella 2).

Tab. 2 – Subire atti di bullismo, valori percentuali

	Tutti i giorni o quasi	Qualche volta alla settimana	Qualche volta al mese	Mail	Totale
Essere insultato, offeso o preso in giro	4,2	9,0	28,9	57,9	100,0
Essere escluso o ignorato dal gruppo	3,2	9,3	24,4	63,1	100,0
Essere colpito, calciato, spinto o rinchiuso	1,2	2,7	4,7	91,4	100,0
Aver subito bugie, falsità o essere disprezzato	2,2	7,8	23,2	66,8	100,0
Essere preso in giro per la propria nazionalità	1,7	1,7	2,4	94,2	100,0
Essere preso in giro per la propria religione	1,2	1,2	2,2	95,4	100,0
Aver subito scherzi, commenti di natura sessuale	1,5	2,9	9,8	85,8	100,0
Essere infastidito con computer, e-mail o facebook	0,7	1,2	3,9	94,2	100,0
Essere infastidito attraverso il cellulare	0,5	3,2	12,0	84,3	100,0



## Benessere a scuola, motivazione e apprendimento

Il successo scolastico risulta associato alla capacità dei ragazzi di mantenere attenzione e concentrazione mentre studiano. Mantenere un livello di attenzione adeguato durante le attività didattiche è infatti fondamentale per sostenere l'apprendimento. I ragazzi con media dei voti più alta riportano un atteggiamento più positivo e una maggiore tendenza a considerare la scuola come un luogo in cui stanno bene e lo studio come un aspetto rilevante per la loro crescita. I ragazzi sviluppano un atteggiamento positivo verso la scuola e sono maggiormente motivati a studiare se il contesto scolastico viene vissuto come un luogo positivo (Barbero Vignola G. e Duca V., 2014).

I risultati dello studio CRESCERE mostrano che mentre alcuni adolescenti (il 23%) hanno acquisito un'identità scolastica stabile e matura, altri sono ancora alla ricerca. Gli adolescenti che hanno acquisito un'identità scolastica stabile sono coloro che si impegnano nello studio e riflettono attivamente sul significato che l'esperienza scolastica riveste nella loro vita. Questi adolescenti sono più soddisfatti della scuola e hanno un rapporto più positivo con i loro insegnanti (Crocetti E., 2014).

Tra i fattori che sostengono il benessere a scuola, la motivazione e l'impegno dei ragazzi, vi sono le esperienze di successo formativo e la possibilità di trovare una risposta adeguata ai propri bisogni educativi, che poi si ripercuotono sul successo scolastico. È importante anche la famiglia, per il supporto che può dare ai ragazzi da un punto di vista educativo, per i modelli di comportamento e di «lettura» del contesto che trasmette e anche sul piano emotivo, delle aspettative, della fiducia nelle capacità individuali e della valorizzazione dell'impegno piuttosto che della prestazione. Tutto questo si riflette sui ragazzi, sulla loro voglia di studiare e di impegnarsi creando un circolo virtuoso in cui lo stare bene a scuo-

la e il successo formativo si alimentano a vicenda.

## Autostima e benessere

A 13 anni i ragazzi hanno un buon livello di autostima e fiducia nelle proprie capacità. Soltanto 1 su 10 pensa di essere un vero fallimento. Viceversa, 9 su 10 pensano di avere un certo numero di qualità e di valere almeno quanto gli altri. 8 su 10 inoltre hanno un atteggiamento positivo verso se stessi e complessivamente si sentono soddisfatti di quello che sono.

Il livello di autostima è correlato in modo positivo con il supporto che i ragazzi ricevono dalla famiglia ( $r=0,358$ ,  $p<0,001$ ), con la qualità delle relazioni con i genitori ( $r=0,376$  verso la madre,  $r=0,392$  verso il padre; per entrambi  $p<0,001$ ), con la facilità di dialogo con il padre e la madre ( $r=0,264$  con la madre,  $r=0,287$  con il padre; per entrambi  $p<0,001$ ).

I ragazzi che affermano di avere un buon rapporto con il padre – perché possono parlare facilmente, si sentono rispettati, accettati, supportati – esprimono un maggior livello di fiducia in se stessi. Lo stesso vale per la madre: più c'è fiducia, comunicazione e rispetto, più l'autostima è elevata.

Abbiamo chiesto ai ragazzi quanto sono felici, utilizzando una scala di giudizio grafica, rappresentata in figura 5 (Faces Scale - Andrew-Whitey, 1976). Il primo anno le risposte dei ragazzi sono state molto positive: il 77% ha espresso giudizi pienamente positivi, il 23% si collocava in una fascia intermedia e meno dell'1% si dichiarava infelice. A distanza di un anno, le proporzioni sono cambiate. La percentuale di ragazzi pienamente soddisfatti è passata dal 77% a 12 anni al 67% a 13 anni. I ragazzi completamente scontenti della loro vita sono una piccola minoranza (1,4%), ma si tratta di una proporzione in crescita (l'anno precedente era appena lo 0,4%).

Fig. 5 – Benessere dei ragazzi (*Faces scale*)

## Prospettive e sviluppi futuri

I risultati presentati in questo articolo sono un esempio del potenziale conoscitivo che lo studio CRESCERE mette a disposizione. L'attenzione è rivolta ai fattori che favoriscono lo sviluppo positivo dei ragazzi, in famiglia, a scuola e negli altri contesti di vita. Emerge l'importanza dei legami familiari, del dialogo con i genitori, del supporto che percepiscono dalla famiglia e di quanto sia importante per promuovere la fiducia nelle proprie capacità, il sentirsi bene con se stessi e con gli altri. Il benessere scolastico è un altro aspetto fondamentale per la crescita, per lo sviluppo psicologico e sociale dei ragazzi. A scuola trascorrono buona parte della giornata e ricevono stimoli continui, che contribuiscono a influenzare la loro identità. Relazioni positive con i compagni di classe e con gli insegnanti favoriscono l'apprendimento e in senso più ampio il loro benessere psicosociale. I ragazzi sviluppano un atteggiamento positivo verso la scuola e sono maggiormente motivati a studiare se il contesto scolastico viene vissuto come un luogo in cui stanno bene e lo studio come un aspetto rilevante per la loro crescita. Lo studio evidenzia che il contesto scolastico può diventare un terreno duro da vivere nella quotidianità se non si tengono sotto controllo fenomeni come il bullismo o il cyberbullismo, problemi che toccano un'ampia quota dei ragazzi intervistati.

I risultati mettono in luce i circoli virtuosi che si possono sviluppare nella vita dei ragazzi: a scuola, in famiglia, con gli amici. Circoli virtuosi che si riflettono sulla vita

dei ragazzi, sulla loro voglia di studiare e di impegnarsi, sulla costruzione delle loro amicizie, sui rapporti in famiglia.

Il progetto proseguirà nei prossimi anni fino ad arrivare alla maggiore età dei ragazzi. I ragazzi apprezzano che qualcuno si interessi a loro e voglia sapere come stanno, cosa pensano, cosa vorrebbero dalla loro vita. Uno di loro ha scritto: «Alcune domande sembrano assurde ma ti fanno capire come sei dentro e in cosa potresti migliorare».

Soltanto il fatto di farsi domande, interrogarsi su alcuni temi importanti, come il bullismo, le relazioni con i genitori, la fiducia nelle proprie capacità, aiuta i ragazzi a guardarsi dentro, a riflettere e a farsi portatori di cambiamento. Ad esempio un altro ragazzo commenta: «Per me è bello sapere che qualcuno crede in noi e ci intervista».

Per le famiglie partecipare a uno studio longitudinale è un'occasione per comprendere meglio i percorsi di sviluppo degli adolescenti. I genitori hanno confermato con le loro parole quanto sia importante: «ci aiuta a capire meglio le esigenze e i bisogni dei nostri figli durante la loro crescita e penso che attraverso questo progetto possano emergere problematiche ed esigenze che i ragazzi hanno il coraggio di raccontare in anonimato e senza imbarazzo, invece di raccontarlo ad un familiare».

Testimonianze come queste dimostrano che, gradualmente e a piccoli passi, lo studio CRESCERE sta diventando una piattaforma di conoscenze messa a disposizione di tutti. L'obiettivo è trasformare la conoscenza scientifica derivata dallo studio in azioni a beneficio sociale, mettendo a disposizione informazioni utili per favorire

percorsi di crescita positiva nei contesti di vita dei ragazzi.

## Note

- 1 Lo studio CRESCERE ha il patrocinio dell'Autorità Garante per l'Infanzia e l'Adolescenza e della Fondazione Città della Speranza. È realizzato in collaborazione con 84 Comuni della provincia di Padova e il Comune di Rovigo, l'Azienda Sanitaria Ulss 16 di Padova e la Struttura di Medicina dello Sport e delle Attività Motorie. È sostenuto e promosso dal Garante regionale dei diritti della persona della Regione Veneto, le Conferenza dei Sindaci dell'Ulss 15, 16 e 17, il De Leo Fund Onlus, la Fondazione Girolamo Bortignon per l'educazione e la scuola.
- 2 RADAR (*Research on Adolescent Development and Relationships*), studio longitudinale condotto dall'Università di Utrecht (Olanda), analizza i processi che influenzano lo sviluppo degli adolescenti. HBSC (*Health Behaviour in School-aged Children*) è uno studio multi-centrico internazionale, svolto in collaborazione con l'Organizzazione Mondiale della Sanità. Children's World - ISCWeb (*International Survey of Children's Well-Being*) è un'indagine internazionale sul benessere dei bambini, promossa dalla Jacobs Foundation, in collaborazione con un gruppo

internazionale di ricercatori esperti sui temi dell'infanzia, membri della *International Society for Child Indicators* (ISCI).

- 3 I bilanci di salute sono realizzati dal Centro di Medicina dello Sport e delle Attività Motorie dell'Azienda Ulss 16 di Padova, presso il complesso sociosanitario Casa ai Colli.

## SUMMARY

The transition from childhood to adolescence is a key moment for the life of a person. It is marked by a lot of challenges and development tasks, which help people to strengthen their capacities and to form their own identity. Which are the factors that promote a positive growth and protect from harm? That is the main question of the study «Crescere».

The findings highlight the virtuous cycles that can be activated in the lives of children. The dialogue with the parents, the family support they perceive, positive relations at school, are all key elements for growth, to improve self-esteem and well-being.

## RIFERIMENTI BIBLIOGRAFICI

- Andrew F.M. e Withey S.B. (1976), *Social Indicators of Well-Being. Americans Perceptions of Life Quality*, Plenum Press, New York, Usa.
- Barbero Vignola G., Canali C., Geron D. e Vecchiato T. (2013), *Bambini poveri: chi sono, cosa chiedono, cosa ricevono*, Quaderno Tfiy n. 1, Compagnia di San Paolo e Fondazione Zancan, Padova.
- Barbero Vignola G., Montini B., Schiavon M., Bordin D. e Eynard M. (2015), *Obesità e salute: un approccio innovativo per crescere bene*, in «Studi Zancan», 5, pp. 49-55.
- Barbero Vignola G., Bezze M. e Maurizio R. (2015), *Figli e genitori: un dialogo possibile. Risultati dallo studio Crescere*, in «Famiglia Oggi», 2, pp. 57-67.
- Barbero Vignola G. e Decimi G. (2014), *Il bullismo nella preadolescenza: risultati dallo studio Crescere*, in «Studi Zancan», 1, pp. 71-75.

## RIFERIMENTI BIBLIOGRAFICI (Segue)

- Barbero Vignola G. e Duca V. (2014), *Scuola, motivazione e apprendimento nell'adolescenza*, in «Studi Zancan», 2, pp. 103-110.
- Barbero Vignola G. e Miari F. (2014), *Crescere: tabacco, alcol e droghe*, in «Studi Zancan», 5, pp. 106-112.
- Ben-Arieh A., Kaufman N. H., Andrews A.B., Goerge R.M., Lee B.J. e Aber J.L. (2001), *Measuring and monitoring children's well-being*, Dordrecht, Kluwer, Netherlands.
- Ben-Arieh A., Casas F., Fronès I. e Korbin J.E. (2013), *Handbook of Child Well-Being: Theories, Methods and Policies in Global Perspective*, Springer.
- Cavallo F., Giacchi M., Vieno A., Galeone D., Tomba A., Lamberti A., Nardone P. e Andreozzi S. (a cura di) (2013), *Studio HBSC-Italia (Health Behaviour in School-aged Children): rapporto sui dati 2010*, Istituto Superiore di Sanità, Rapporti ISTISAN 13/5, www.iss.it.
- Casas F., Gonzalez M., Navarro D. e Aligué M. (2013), *Children as Advisers of their Researchers: Assuming a different Status for Children*, in «Child Indicators Research», 6(2), pp. 193-212.
- Crocetti E. (2014), *Il contesto scolastico in adolescenza: identità, benessere e dinamiche relazionali*, in «Studi Zancan», 3, pp. 80-86.
- 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.
- Erikson E. (1968), *Identity, youth and crisis*, Norton, New York.
- Havighurst R.J. (1952), *Developmental tasks and education*, Davis Mc Kay, New York.
- Havighurst R.J. (1953), *Human development and education*, Longmans, New York.
- Lerner J.V., Phelps E., Forman Y. e Bowers E.P. (2009), *Positive youth development*, in R.M. Lerner & L. Steinberg (Eds.), *Handbook of adolescent psychology: Individual bases of adolescent development*, Wiley, Hoboken, NJ, pp. 524-558.
- Montemayor R., Adams G.R., Gullotta T.P. (1990), *From childhood to adolescence: A transitional period*, Sage, Newbury Park, CA.
- Maluccio A.N., Canali C., Vecchiato T., Lightburn A., Aldgate J., Rose W. (a cura di) (2011), *Improving Outcomes for Children and Families: Finding and Using International Evidence*, Jessica Kingsley Publishers, Londra.
- Palmonari A. e Crocetti E. (2011), *Sviluppi degli studi sull'adolescenza*, in A. Palmonari (a cura di), *Psicologia dell'adolescenza*, il Mulino, Bologna, pp. 35-51.
- Rutter M. (2000), *Resilience Reconsidered: Conceptual Considerations, Empirical Findings, and Policy Implications*, in J.P. Shonkoff e S.J. Meisels, *Handbook of early childhood intervention*, Cambridge University Press, New York, pp. 651-682.
- Schinke S.P., Brounstein P. e Gardner S. (2002), *Science-Based Prevention Programs and Principles*, *Dhhs Pub. N. (SMA) 03-3764*, Center for Substance Abuse Prevention, Substance Abuse and Mental Health Services Administration, Rockville MD.
- 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.

## CRESCERE. Uno strumento per aiutare i giovani

### L'idea

L'idea nasce nel 2009 dalla necessità di capire cosa succede ai giovani nella transizione dall'infanzia all'adolescenza, in un mondo che cambia molto rapidamente, in continua trasformazione tecnologica e sociale. Quali fattori favoriscono la crescita positiva e proteggono dai rischi? Come possiamo aiutare i genitori, gli insegnanti, gli educatori, i decisori politici e tutti coloro che accompagnano gli adolescenti nel processo di crescita? L'idea nel tempo è maturata, ha raccolto l'interesse di molti soggetti, che si sono resi disponibili a sperimentare un percorso di crescita insieme ai giovani, ascoltando direttamente la loro voce, per capire quali sono i problemi e le sfide che affrontano ogni giorno, per aiutarli a conoscere meglio se stessi e le loro potenzialità, per accompagnarli nel momento delle scelte, per dare sostegno ai genitori, per aiutarli a crescere bene.

### Crescere in provincia di Padova

Padova è il primo territorio in cui l'idea ha preso forma e si è concretizzata in un progetto di studio, grazie al sostegno della Fondazione Cassa di Risparmio di Padova e Rovigo. Ora Crescere è uno studio longitudinale che segue nel tempo un campione di 490 ragazzi e famiglie, dagli 11 ai 18 anni, monitorando la crescita e il loro benessere dal punto di vista fisico, cognitivo, sociale, valoriale e relazionale. Lo studio è promosso dalla Fondazione Emanuela Zancan ed è realizzato in collaborazione con 84 Comuni della provincia di Padova e il Comune di Rovigo, l'Azienda Ulss 16 di Padova e il Servizio di Medicina dello Sport, con l'adesione dell'Ufficio di Protezione e Pubblica Tutela dei Minori del Veneto. Ha il patrocinio dell'Autorità Garante per l'Infanzia e l'Adolescenza e della Fondazione Città della Speranza.

### Crescere a Pinerolo (To)

Il progetto si rivolge ai ragazzi dai 12 fino ai 19 anni. L'obiettivo è capire come crescono, cosa fanno nel tempo libero, cosa pensano della scuola, come si relazionano con i pari e in famiglia, se sono felici e quali sono le loro prospettive per il futuro. Hanno partecipato finora 700 ragazzi. I risultati offrono indicazioni preziose per genitori, insegnanti, educatori, decisori politici, associazioni di volontariato, enti di promozione culturale ecc. L'indagine è realizzata dalla Fondazione Emanuela Zancan, grazie al contributo della Fondazione Cosso, in collaborazione con il Comune di Pinerolo, con le scuole secondarie di primo e secondo grado.

### La voce dei ragazzi e delle famiglie

Per le famiglie è un'occasione privilegiata per comprendere meglio i percorsi di sviluppo degli adolescenti. In provincia di Padova abbiamo chiesto ai genitori cosa ne pensano e le risposte sono state molto positive. Ad esempio: «È un'ottima opportunità per comprendere i giovani di oggi e fornire loro strumenti utili per una crescita migliore. A volte non parlano tanto con i genitori». I ragazzi apprezzano che qualcuno si interessi a loro e voglia sapere come stanno, cosa pensano, cosa vorrebbero dalla loro vita. E soltanto il fatto di farsi domande, interrogarsi su alcuni temi importanti, come il bullismo, le relazioni con i genitori, la fiducia nelle proprie capacità, aiuta i ragazzi a guardarsi dentro, a riflettere e a farsi portatori di cambiamento. Un ragazzo ha scritto: «Alcune domande sembrano assurde ma ti fanno capire come sei dentro e in cosa potresti migliorare». Un altro commento è stato: «Per me è bello sapere che qualcuno crede in noi e ci intervista».

### Per informazioni e per realizzare CRESCERE nella tua città

[www.crescerebene.org](http://www.crescerebene.org)

Tel. 049 663800 - E-mail: [crescere@fondazionezancan.it](mailto:crescere@fondazionezancan.it)

