



Città metropolitana di Bologna  
*Istituzione Gian Franco Minguzzi*

La resilienza in adolescenti e giovani ai tempi del Covid-19: strategie individuali e di comunità

**Io non ho paura, adolescenti «distanziati» tra sfide e opportunità**

Cinzia Albanesi, Dipartimento di Psicologia, Università di Bologna

Lunedì 26 ottobre ore 15.30-18.00

# Adolescenti

- Coetanei al centro
- «Revisione» del rapporto con la famiglia
- Attenzione al ruolo dei pari
- Attenzione al rifiuto e al riconoscimento sociale
- Sensibilità all'assunzione del rischio
- Generazioni connesse (social media)



# Distanziati

- Dalla scuola in presenza alla DAD
  - Più tempo on line «strutturato»
- Meno distanza intra-familiare
- Più social media
  - Più tempo online non strutturato
  - Più interazioni online con i pari (con l'opportunità) di rispettare la distanza
- Meno interazioni «tradizionali» con i pari e con altri adulti significativi

# Resilienza come processo

## INDIVIDUALE

processo di **adattamento** riuscito nonostante il rischio e le avversità in circostanze sfavorevoli, funzione di **fattori individuali, familiari e di contesto** (Masten, 2001)

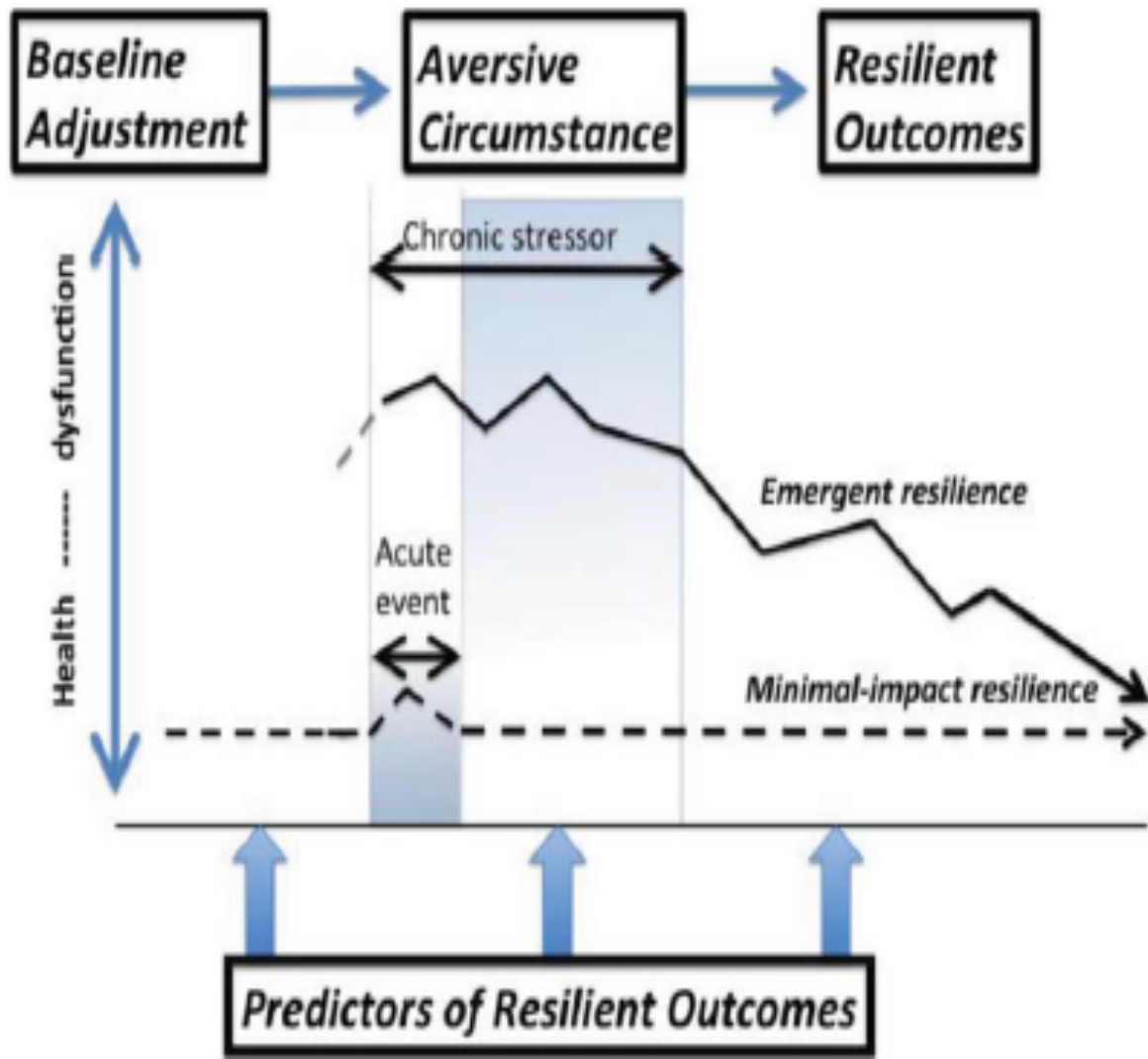
## COLLETTIVO

I processi e le forze collettive che consentono di «**metabolizzare**» **l'evento negativo** e la **mobilizzazione della solidarietà** creando **capacità di ricostruzione** (Ojeda et al., 2007)

RECOVERY

ADAPTATION

TRANSFORMATION



- Tipo di evento «resiliente a cosa»:
  - Acuto vs. cronico
  - Livello di esposizione
  - Esposizione prossimale e distale
- Adattamento e resilienza
  - Approccio diagnostico insufficiente (resilienza vs. psicopatologia)
- Outcomes
  - resilienza emergente (eventi cronici, approccio evolutivo) vs. resilienza a impatto minimo (eventi acuti, psicologia dell'emergenza)

# Predittori: livello individuale

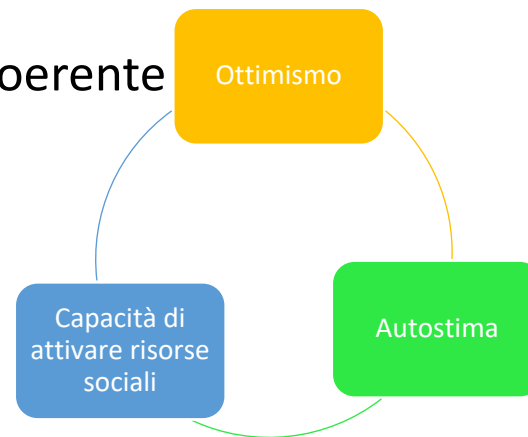
## Resilienza emergente

### *Qualità delle relazioni familiari*

- **Relazioni familiari positive**
- Condizioni di vita stabili
- Stile educativo familiare coerente

### *Caratteristiche individuali*

- Immagine positiva di sè
- Intelligenza
- **Autostima-autoefficacia**
- **Flessibilità** cognitiva
- Capacità di regolazione emotiva



## Resilienza a impatto minimo

### *Relazioni sociali positive*

- Supporto emotivo
- Sostegno strumentale
- Sostegno informativo
- Reti sociali estese

### *Caratteristiche individuali*

- Stile ruminativo
- Tendenza all'auto-miglioramento
- **Ottimismo**
- Valutazione della situazione come sfida vs. minaccia

# Predittori: livello familiare e di comunità

## Famiglie

Qualità delle relazioni familiari

- Buona comunicazione
- Uso del tempo libero
- Reti di sostegno
- Gestione familiare «flessibile»

## Comunità

Capitale sociale

- Bonding
- Bridging
- Linking

Reti sociali

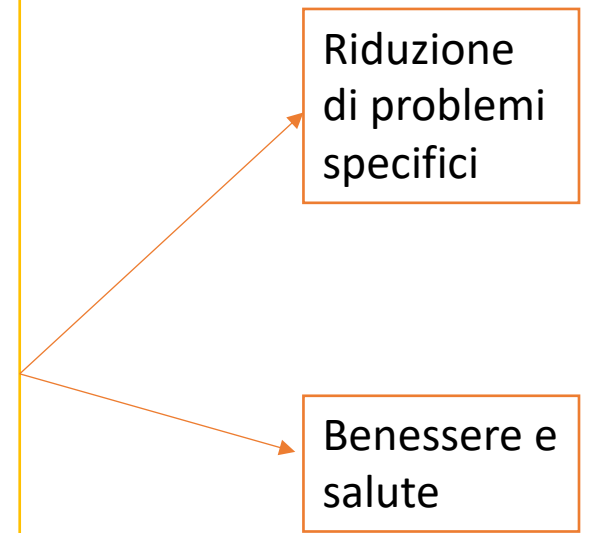
Partecipazione

Efficacia collettiva

SOC

Riduzione di problemi specifici

Benessere e salute



# La resilienza in età evolutiva

## Fattori protettivi

(Zolkoski, & Bullock, 2012)

- Caratteristiche individuali
  - Competenze sociali (empatia, cura, flessibilità, humor)
  - capacità di problem solving
  - coscienza critica
  - autonomia (Bernard, 1993, 1995)
- Senso di avere uno scopo
- Concetto di sé
- Risorse familiari
- Sostegno della comunità

## Il ruolo della scuola

(Ungar et al., 2019)

- Accesso alle risorse materiali
- Relazioni supportive
- Identità personale
- Esperienze di potere/capacità e controllo
- Rispetto delle specificità culturale
- Esperienze di giustizia sociale
- Coesione sociale

*Resilience is made of ordinary magic rather than extraordinary processes which offer a positive outlook on human development and adaptation (masten, 2001)*

*Resilienza come esito di un contesto facilitante più che di caratteristiche individuali (talenti, abilità, caratteristiche individuali)*

# Come hanno retto il lockdown?

Anche se all'inizio del periodo era angosciante [...]

ITA: Ingoglia, Albiero, Barrett, Cassibba, Costabile, Liga, Lo Coco et al., 2020)

- ansia e disagio (35%)
- bassi livelli di ottimismo (32%)
- basse aspettative per il futuro (50%)

NL (Donker, Mastrotheodoros, Branje, 2020)

- Rapporto genitori figli «appiattito» meno supportivo sul piano emotivo e maggiore stress (riduzione dei network sociali esterni) ma meno conflittualità esplicita.

C: Sì, nel senso in famiglia ci puoi stare bene quanto ti pare, però dopo un po'... Anche perché una cosa che mi è sempre pesata un casino in casa mia è che io non ho per niente privacy, se io voglio avere un po' di privacy devo andare in bagno. Non ho la camera per me, se sto in cucina c'è uno, se sto in sala c'è l'altro, se sto nella sala del computer ce n'è un altro ancora, alla fine aveva iniziato a pesarmi la convivenza così assidua.

In realtà non, parlavamo nemmeno, quindi questa cosa ha fatto venire un equilibrio per il quale stavamo bene senza stare troppo insieme. Alla fine la convivenza non è stata malissimo.



# Come hanno retto il lockdown?

USA: Oosterhoff, Palmer, Wilson, & Shook (2020 under review)

Motivazioni per l'adesione alle norme di distanziamento:

- prosociali (responsabilità)\*\*
- egoistiche (auto-protezione) (+ansia)
- adesione alle norme (pressione normativa)\*\*
- assenza di alternative
- comunque preferisco stare a casa (25%)

No, io mi sono sentita sempre molto bene. Nel senso che ho sempre rispettato le restrizioni. Però in verità a lungo andare le restrizioni si sono fatte più soffici, più tranquille, sono state prese bene e mi ha anche fatto piacere che le persone magari quelle più vicine a me e magari quelle lontane avessero- si sentissero in dovere di rispettarle [...] Io mi sentivo molto responsabile, nel senso sapevo che io, ma tutte le persone dovevamo seguirle per il bene degli altri. Mi faceva anche piacere uscire e mettermi la mascherina e guanti, perché mi sentivo di star facendo qualcosa di giusto per il mio paese, ma per le persone che mi sono vicine

# Come hanno retto il lockdown?

USA: Alvis, Douglas, Shook & Oosterhoff (2020, under review)

▪ Ruolo del coinvolgimento degli adolescenti in comportamenti prosociali:

- «Fare» non è protettivo rispetto a ansia (vs «ricevere» è protettivo rispetto alla depressione)
- Fare/ricevere si associa a maggiore senso di responsabilità e senso di appartenenza/connessione emotiva

con i bambini bisognava sempre farli giocare, però non è che ci siano 2000 giochi online o 2000 cose da farli fare attraverso lo schermo. Quindi era difficile anche aggiornarsi e inventare sempre cose nuove.

I: Ti sei sentita di aver dato comunque un contributo durante quel periodo?

C: Sì, sinceramente, sì, perché mi sono sentita molto attiva [...]

I: Come credi che siano andate le attività nonostante la distanza?

C: Credo siano andate molto bene, anche perché era bello non solo l'attività [...] erano proprio attività fatte per tutti quanti

# La «questione scuola»

Perchè le lezioni online non hanno mai sostituito quello che era per me la scuola...

la parte peggiore di tutte queste restrizioni, perlomeno della quarantena in generale, è stato quando si è iniziata la didattica a distanza a scuola. La didattica a distanza era un ambiente generalmente alienante e generalmente soffocante

Sono molto contento che questo sia il mio ultimo anno, quindi non devo vedere quello che si inventeranno per riprendere normalmente nelle scuole, perché già solo con le voci che mi sono passate di fianco [...] mi ha un po' destabilizzato la situazione plexiglass tra i banchi, doppi turni, simile.

Se io devo trovare dei professori aperti al dialogo nella mia ex classe faccio veramente fatica, ma questa è una cosa che non è per la quarantena, è sempre stato così

I professori anche loro cercano di fare il possibile, anche preoccupandosi di chi non ha voglia di continuare a seguire.

All'inizio tutti quanti davano importanza al sapere quale fosse la nostra opinione, come ci fossimo sentiti in quel periodo, come ci sentiamo proprio a livello umano nel non vedere i nostri amici, i nostri compagni. Quindi, davano i professori una sorta di importanza a quello che erano i nostri sentimenti, le nostre emozioni positive o negative che fossero. Quella era l'unica cosa che magari è stata bella, cioè, sì, davano un'importanza maggiore al fatto che chiedessero "come state ragazzi?".

# La scuola come «comunità»

*Scuole Mattarella di Modena*  
Avanguardie Educative e metodo  
DADA (Didattica per ambienti di  
apprendimento)

## Pronti alla DAD

- progetto Aladin@
- padronanza nell'uso delle g-suite

## Non solo tecnologia

- Meet relazionale
- Risveglio muscolare
- Task force per l'inclusione

	PWB	QEP	CLIMA
PWB	1		
QEP	,467**	1	
CLIMA SCOLASTICO	,324**	,499**	1
SSoC	,582**	,639**	,619**

# Riferimenti bibliografici

Bonanno, G. A., Romero, S. A., & Klein, S. I. (2015). The temporal elements of psychological resilience: An integrative framework for the study of individuals, families, and communities. *Psychological Inquiry*, 26(2), 139-169.

Efuribe, C., Barre-Hemingway, M., Vaghefi, E., & Suleiman, A. B. (2020). Coping with the COVID-19 crisis: A call for youth engagement and the inclusion of young people in matters that affect their lives. *Journal of Adolescent Health*.

Ungar, M., Connelly, G., Liebenberg, L., & Theron, L. (2019). How schools enhance the development of young people's resilience. *Social Indicators Research*, 145(2), 615-627.

Zolkoski, S. M., & Bullock, L. M. (2012). Resilience in children and youth: A review. *Children and youth services review*, 34(12), 2295-2303.