

Manteniamo il passo



**Famiglie, stili di vita e nuove
sfide educative tra sport,
digitale e quotidianità**

OBIETTIVO

**Un'indagine sui comportamenti e le
abitudini dei ragazzi per orientare
prevenzione e benessere**

ANCOS APS

ANAP Confartigianato Persone

Elaborazione dati 2020

Sommario

Introduzione	2
Step 1: caratteristiche del campione.....	2
Tabelle sintetiche.....	2
Focus point sul campione	3
Step 2: condizioni familiari	4
Focus point sulle condizioni familiari.....	5
Step 3: abitudini di vita dei figli	5
analisi generale: aree da esplorare	6
Focus Point abitudini e attività dei ragazzi	7
approfondimenti incrociati	8
Focus Point approfondimenti incrociati	9
Focus Point incroci fattori socioeconomici	10
Step 4: comportamenti a rischio.....	11
Focus Point comportamenti a rischio	12
Sintesi sugli incroci	14
Step 5: altre aree del questionario (famiglia, cultura, scuola).....	14
Focus Point	15
Sintesi conclusiva dell'indagine	16
Approfondimento – Contesto & Policy	20

Introduzione

L'indagine "**Manteniamo il passo**" è stata realizzata con l'obiettivo di raccogliere informazioni approfondite sul contesto familiare, scolastico e sociale dei ragazzi e delle ragazze tra i 9 e i 16 anni, attraverso un questionario somministrato ai genitori. Lo scopo è comprendere meglio i fattori che incidono sul benessere, sulle abitudini quotidiane e sulle dinamiche educative, così da orientare interventi di prevenzione, sostegno e promozione di stili di vita equilibrati.

L'indagine si concentra in particolare su alcuni nodi centrali:

- **il profilo sociodemografico delle famiglie coinvolte**, con riferimento a età, genere, nazionalità, titolo di studio e condizione lavorativa dei genitori;
- **la composizione del nucleo familiare**, con attenzione alla presenza e al numero di figli nella fascia di età considerata;
- **le abitudini di vita dei minori**, in relazione ad attività ricreative, utilizzo delle tecnologie, pratiche sportive e culturali;
- **i comportamenti a rischio** (uso di fumo, alcol, qualità del sonno, ecc.), che costituiscono indicatori utili per individuare eventuali aree di fragilità;
- **il ruolo educativo della famiglia**, analizzando le modalità di accompagnamento e di controllo esercitate dai genitori.

Il campione raccolto consente di restituire una fotografia significativa delle famiglie coinvolte, con un buon grado di articolazione rispetto a **fascia d'età dei genitori, genere, nazionalità, titolo di studio e condizione familiare**. Queste variabili di base costituiscono la cornice entro cui leggere in seguito i dati più specifici relativi ai comportamenti e alle abitudini dei figli.

L'analisi che segue, pertanto, si aprirà con la descrizione delle principali **caratteristiche campionarie**, per poi approfondire gradualmente le dimensioni più legate agli aspetti educativi e comportamentali.

Step 1: caratteristiche del campione

Tabelle sintetiche

Fascia d'età dei rispondenti	31-50 anni - 3.658 (≈75%)
	Oltre 50 - 651 (≈13%)
	Fino a 30 - 541 (≈11%)

• Nazionalità	○ Italiana - 4.486 (≈91%)
	○ Straniera UE - 235 (≈5%)
	○ Straniera extra-UE - 129 (≈3%)

• Genere	○ Femmine - 3.271 (≈67%)
	○ Maschi - 1.579 (≈32%)

• Titolo di studio	○ Diploma scuola superiore (4-5 anni) - 2.059 (≈42%)
	○ Laurea o post-laurea - 1.411 (≈29%)
	○ Licenza media - 648 (≈13%)
	○ Qualifica professionale (2-3 anni) - 571 (≈12%)
	○ Licenza elementare/nessun titolo - 161 (≈3%)

• Struttura familiare	○ Coppie conviventi/coniugi - 4.045 (≈82%)
	○ Madre monogenitore - 594 (≈12%)
	○ Padre monogenitore - 189 (≈4%)

Focus point sul campione

Il campione mostra alcune caratteristiche rilevanti:

- La fascia più rappresentata è quella dei **31–50 anni**, cioè genitori pienamente inseriti nella fase centrale della vita familiare e lavorativa. La presenza dei più giovani (fino a 30 anni) e degli over 50 è minoritaria, ma garantisce comunque una certa varietà generazionale.
- La netta prevalenza di **madri rispondenti (67%)** è un dato tipico delle indagini familiari: le figure materne risultano più coinvolte nella gestione quotidiana dei figli e nella compilazione di strumenti di ricerca.
- La quota di **famiglie italiane (91%)** è molto alta, mentre le famiglie straniere UE ed extra-UE insieme raggiungono circa l'8%. Questo dato riflette

probabilmente la composizione territoriale del bacino di riferimento, pur offrendo uno spaccato minoritario utile per letture interculturali.

- Il **livello di istruzione** è mediamente elevato: oltre il 70% ha almeno un diploma, e quasi un terzo è laureato. Ciò suggerisce un campione tendenzialmente istruito, con buone competenze culturali e maggior sensibilità a partecipare a indagini di carattere educativo.
- La **struttura familiare prevalente** è quella delle coppie conviventi, ma è significativa anche la quota di nuclei monogenitoriali (soprattutto madri sole, al 12%), che rappresentano una componente importante in termini di fragilità e bisogni educativi specifici.

Il numero complessivo di rispondenti (oltre **4.800 nuclei familiari**) conferisce al campione una **forte solidità statistica**. La distribuzione interna riflette i principali tratti demografici del territorio, con un bilanciamento adeguato per età e condizioni familiari. La sovra-rappresentazione femminile e la bassa quota di stranieri sono limiti da segnalare, ma non tali da compromettere la validità dell'indagine. Nel complesso, il campione appare **robusto, variegato e idoneo** a supportare analisi attendibili sulle abitudini e i comportamenti educativi delle famiglie.

Step 2: condizioni familiari

Tabelle sintetiche

- **Numero di figli (9-16 anni)**

○ 1 figlio - 3.692 (≈76%)
○ 2 figli - 1.069 (≈22%)
○ 3 o più figli - 66 (≈1%)

- **Professione del rispondente**

○ Dipendente pubblico/privato - 2.444 (≈50%)
○ Altro lavoratore autonomo - 802 (≈16%)
○ Casalinga/o - 704 (≈14%)
○ Artigiano - 511 (≈10%)
○ Disoccupato - 301 (≈6%)
○ Altri (libero professionista, pensionato, studente, imprenditore) - marginali

- **Professione dell'altro genitore**

○ Dipendente pubblico/privato - 2.036 (≈46%)
○ Altro lavoratore autonomo - 815 (≈18%)
○ Artigiano - 525 (≈12%)
○ Casalinga/o - 418 (≈9%)
○ Disoccupato - 185 (≈4%)
○ Altri (libero professionista, pensionato, imprenditore) - minori quote

Focus point sulle condizioni familiari

1. **Numero di figli:** la stragrande maggioranza delle famiglie ha **un solo figlio** nella fascia 9–16 anni, mentre solo una famiglia su cinque ne ha due. I nuclei numerosi (tre o più figli) sono marginali, confermando la tendenza nazionale a una bassa natalità e a famiglie poco numerose.
2. **Professione del rispondente:** il quadro occupazionale mostra una forte prevalenza di **lavoro dipendente (50%)**, seguito da una componente autonoma significativa (artigiani, altri lavoratori autonomi). È rilevante anche la quota di **casalinghe/i** (14%), che evidenzia un segmento di famiglie in cui la cura domestica è ancora centrale.
3. **Altro genitore:** la distribuzione è simile a quella del rispondente, ma con una **maggiore presenza di artigiani e lavoratori autonomi**, a conferma di un tessuto familiare in cui la combinazione tra lavoro dipendente e attività autonoma/artigianale è ricorrente.

Il profilo delle famiglie appare coerente con il contesto sociale e lavorativo di riferimento: prevalgono i **nuclei con un figlio unico**, inseriti in un ambiente lavorativo relativamente stabile, caratterizzato dal forte peso del **settore pubblico/privato dipendente**, ma anche da una presenza non trascurabile di **autonomi e artigiani**. La varietà delle condizioni occupazionali garantisce una **buona rappresentatività del tessuto socioeconomico locale**, utile per leggere in seguito le differenze nei comportamenti educativi e nelle abitudini dei ragazzi.

Step 3: abitudini di vita dei figli

Passiamo quindi allo **Step 3**, cuore dell'indagine, perché entra nel merito delle **abitudini di vita, del tempo libero, delle attività extrascolastiche e dell'uso delle tecnologie** da parte dei ragazzi.

Si è proceduto quindi con prima una **Analisi generale** (tabelle e grafici sulle principali aree di sport, attività culturali, tempo libero, internet/social). Poi agli **approfondimenti incrociati** (osserviamo come queste abitudini cambiano in base ad alcune variabili di Step 1 e Step 2, genere, età, titolo di studio dei genitori, numero di figli). Infine, un **Focus Point** di valutazione delle tendenze emerse e implicazioni educative.

analisi generale: aree da esplorare

Nel dataset sono presenti più domande a scelta multipla e variabili binarie, che identificano le seguenti aree di indagine:

- **Attività sportive e culturali:** “Quali delle seguenti attività svolge con continuità?” (con diverse opzioni: sport, lettura, attività artistiche, altro).
- **Uso di internet e social media:** variabili sul tipo di controllo da parte dei genitori, uso degli strumenti, presenza online.
- **Tempo libero:** attività ricreative, TV, videogiochi, uscite con amici.
- **Abitudini familiari:** frequenza di attività condivise.

Ecco, quindi, la prima fotografia generale dello Step 3 (**abitudini e attività dei ragazzi**).

Tablette sintetiche

Ore davanti alla TV/PC

• 1–2 ore - 2.307 (≈47%)
• 2–3 ore - 1.224 (≈25%)
• Meno di 1 ora - 679 (≈14%)
• Più di 3 ore - 506 (≈10%)
• Nessun utilizzo - 45 (≈1%)

Attività svolte con continuità (prime 8)

• Attività sportive - 2.553 (≈52%)
• Canto/musica - 709 (≈14%)
• Lingue straniere - 632 (≈13%)
• Danza - 455 (≈9%)
• Informatica - 392 (≈8%)

• Teatro/recitazione - 216 (≈4%)
• Pittura/ceramica - 123 (≈2%)
• Giornalino scolastico - 84 (<2%)

Controllo dei genitori sull'uso di internet/social

• Nessun controllo - 1.381 (≈28%)
• Confronto e dialogo - 1.299 (≈27%)
• Controllo tecnologico (blocco siti, filtri) - 918 (≈19%)
• Presenza attiva dei genitori durante l'uso - 891 (≈18%)
• Non utilizza internet - 272 (≈5%)

Focus Point abitudini e attività dei ragazzi

1. **Uso di TV/PC:** quasi la metà dei ragazzi trascorre **1-2 ore al giorno** davanti a TV o computer per svago, con un ulteriore quarto che supera le 2 ore. Solo il 14% resta sotto l'ora quotidiana. Questo dato suggerisce un **uso piuttosto diffuso e costante degli schermi**, anche se le situazioni di iper-esposizione (>3 ore) restano contenute al 10%.
2. **Attività extrascolastiche:** lo **sport** si conferma l'attività più praticata (oltre il 50%), segno della centralità del movimento fisico nell'educazione familiare. Seguono interessi culturali come **musica, lingue straniere e danza**, con una buona varietà ma percentuali più basse. Attività creative (teatro, pittura, giornalini) sono minoritarie, segnalando che solo una parte dei ragazzi sviluppa percorsi artistici strutturati.
3. **Uso di internet e ruolo educativo:** emerge un quadro **equilibrato tra controllo e autonomia**. Circa il 28% non riceve alcun controllo, ma oltre la metà dei genitori adotta forme attive (dialogo, presenza diretta o strumenti tecnologici). Questo dato mostra una **diffusa consapevolezza educativa**: non prevale l'iper-protezione, ma neppure il totale abbandono.

Il campione restituisce un'immagine coerente con le dinamiche nazionali:

- **forte presenza dello sport** come attività educativa di base,
- **ampio uso delle tecnologie**, con tempi di esposizione moderati ma stabili,
- **controllo genitoriale bilanciato**.

Questi dati sono solidi, grazie all'ampiezza del campione, e offrono un terreno affidabile per letture più mirate, ad esempio per differenze di genere, età o struttura familiare.

approfondimenti incrociati

entriamo negli **approfondimenti incrociati**, ad esempio:

- differenze per **genere** (maschi vs femmine nello sport, danza, uso PC),
- differenze per **fascia d'età** (9–12 vs 13–16 anni),
- effetti della **struttura familiare** (nuclei monoparentali vs coppie)?

A. Sport e danza per genere

• Sport	Femmine - 53%	Maschi - 51%
----------------	----------------------	---------------------

Lo sport è praticato in misura simile da entrambi i generi, con una leggerissima prevalenza femminile.

• Danza	Femmine - 11%	Maschi - 6%
----------------	----------------------	--------------------

La danza mostra la prevedibile differenza di genere, con un tasso quasi doppio tra le ragazze.

B. Ore davanti a TV/PC per fascia d'età (genitori rispondenti)

- **Fascia 31–50 anni** (la maggioranza):

○ 1–2 ore: 1.766
○ 2–3 ore: 922
○ 3 ore: 361

Distribuzione equilibrata, con prevalenza della fascia **1–2 ore**.

- **Fino a 30 anni** (genitori giovani):

○ 1–2 ore: 229
○ 2–3 ore: 141
○ 3 ore: 84

Maggiore quota di figli con **uso più intensivo** di TV/PC.

- **Oltre 50 anni** (genitori più anziani):

○ 1–2 ore: 312
○ 2–3 ore: 161

○ 3 ore: 61

Leggera tendenza a minore esposizione agli schermi rispetto ai figli di genitori più giovani.

C. Sport per struttura familiare

- | |
|-----------------------------------|
| • Coppie conviventi - 55% |
| • Madri monogenitore - 43% |
| • Padri monogenitore - 48% |

Nei nuclei monogenitoriali, soprattutto con madri sole, la pratica sportiva risulta **meno diffusa**, segnale di possibili vincoli organizzativi o economici.

Focus Point approfondimenti incrociati

Gli incroci mettono in evidenza alcune **differenze significative**:

- **Genere**: lo sport è trasversale, mentre le attività artistiche (danza) riflettono ancora forti differenze culturali.
- **Età dei genitori**: i figli di genitori più giovani risultano **più esposti agli schermi**, segno forse di stili educativi più permissivi o di un maggiore utilizzo di tecnologie come “supporto” alla gestione familiare.
- **Struttura familiare**: la minore diffusione dello sport nei nuclei monogenitoriali indica una possibile **fragilità di accesso ad attività extrascolastiche**.

Nel complesso, i dati confermano la validità del campione anche per analisi comparative: le differenze osservate sono coerenti con le attese sociologiche ed educative e forniscono spunti utili per interventi mirati (sostegno alle famiglie sole, promozione di alternative culturali agli schermi, valorizzazione della pratica sportiva come inclusiva).

Ecco altri **incroci significativi** sulle abitudini dei ragazzi, collegati alle caratteristiche dei genitori.

D. Attività culturali e titolo di studio dei genitori

- **Musica**

- | |
|--|
| ○ Figli di genitori con licenza elementare o senza titolo - 26% |
| ○ Laurea/post-laurea - 17% |
| ○ Media inferiore - 15% |

- | |
|---|
| <ul style="list-style-type: none"> ○ Diploma - 12-14% |
|---|

Sorprendentemente, la musica è più diffusa nelle famiglie con basso titolo di studio, probabilmente per motivazioni di tipo tradizionale o comunitario (coro, banda, ecc.), mentre tra i laureati resta comunque alta.

- **Lingue straniere**

○ Laurea/post-laurea - 17%
○ Diploma - 11-13%
○ Licenza media - 9%
○ Licenza elementare/nessun titolo - 6%

Qui invece la relazione è diretta: più alto è il titolo di studio del genitore, maggiore è la propensione dei figli a studiare lingue.

E. Controllo su internet e professione del genitore

<ul style="list-style-type: none"> • Dipendenti pubblici/privati - maggiore ricorso al confronto educativo ($\approx 29\%$) e all'uso di strumenti tecnologici ($\approx 20\%$).
<ul style="list-style-type: none"> • Artigiani - prevalenza di assenza di controllo ($\approx 38\%$), minore ricorso al dialogo (24%).
<ul style="list-style-type: none"> • Casalinghe/i - maggiore propensione a presenza diretta (22%), meno tecnologia.
<ul style="list-style-type: none"> • Disoccupati - più frequente il controllo tecnologico (22%) e maggiore incidenza del "non utilizza internet" ($\approx 10\%$).
<ul style="list-style-type: none"> • Autonomi/imprenditori - quadro più variabile, ma con alta quota di assenza di controllo (28-100%).

Questi dati evidenziano come la **professione influenzi lo stile educativo digitale**:

- chi lavora in contesti organizzati (dipendenti, professionisti) adotta **strategie più bilanciate**,
- chi appartiene a settori più tradizionali (artigiani, autonomi) tende a **lasciare maggiore libertà**,
- chi vive situazioni di fragilità (disoccupati) ricorre di più a **strumenti di controllo rigidi**.

Focus Point incroci fattori socioeconomici

- **Titolo di studio** - influisce soprattutto sulle attività culturali (lingue straniere), meno su quelle creative come la musica.

- **Professione** - influenza le modalità di gestione del digitale, con differenze marcate tra dipendenti e autonomi/artigiani.
- **Differenze di genere, età e struttura familiare** (Step 3b precedente) - confermano dinamiche educative già note, rafforzando la validità del quadro.

In sintesi, gli incroci mostrano che **le abitudini dei ragazzi sono strettamente legate alle caratteristiche educative e socioculturali dei genitori**, delineando profili diversi di opportunità e rischi.

Step 4: comportamenti a rischio.

Tabelle sintetiche

Fumo

• Non ha mai fumato	• 4.123 (≈84%)
• Sospetto dei genitori	• 357 (≈7%)
• Ha fumato	• 281 (≈6%)

Alcol

• Non beve	• 4.237 (≈87%)
• Beve sporadicamente	• 488 (≈10%)
• Beve abitualmente	• 36 (<1%)

Orario di sonno

• Tra le 22 e le 24	• 3.078 (≈63%)
• Prima delle 22	• 1.381 (≈28%)
• Dopo le 24	• 302 (≈6%)

Qualità del sonno (percepita dai genitori)

• Buona	• 2.604 (≈53%)
• Ottima	• 1.936 (≈39%)
• Scadente	• 221 (≈5%)

Cellulare acceso durante la notte

• Sì	• 1.669 (≈35%)
• No	• 3.092 (≈64%)

Focus Point comportamenti a rischio

1. **Fumo e alcol:** la diffusione di comportamenti a rischio appare limitata. Solo il 6% dichiara che il figlio ha fumato e meno dell'1% consuma abitualmente alcolici. Tuttavia, il 10% che beve sporadicamente indica una **soglia di attenzione per gli adolescenti più grandi**.
2. **Sonno:** la maggior parte dei ragazzi va a letto in un orario regolare (tra le 22 e le 24), con un 28% che si addormenta prima delle 22. La quota che va oltre la mezzanotte (6%) resta minoritaria ma significativa in termini di rischio di insonnia e affaticamento. La percezione dei genitori sulla qualità del sonno è in larga parte positiva (oltre il 90% buona o ottima).
3. **Cellulare di notte:** il 35% lascia il telefono acceso, un dato rilevante perché potenzialmente associato a **disturbi del sonno, notifiche notturne e iperconnessione**.

Sintesi sulla validità del quadro

I dati confermano che nel campione prevalgono **stili di vita tendenzialmente sani**, con bassa incidenza di fumo e alcol. Le criticità principali emergono in relazione a:

- **uso del cellulare notturno** (oltre un terzo dei ragazzi),
- **quota non trascurabile di sonno tardivo e percezione di qualità scadente** (5%),
- **inizio di consumo sporadico di alcol negli adolescenti**.

Questi indicatori, pur minoritari, rappresentano aree di intervento educativo per la prevenzione dei rischi.

approfondiamo questi **comportamenti a rischio incrociandoli con variabili di Step 1-2** (genere, età, struttura familiare, titolo di studio)

1. Fumo per genere

- Maschi - **7,3%**
- Femmine - **5,1%**

I ragazzi maschi risultano più esposti all'esperienza del fumo, seppur con differenza contenuta.

2. Consumo di alcol per fascia d'età (genitori)

- Fino a 30 anni - **10%**
- 31–50 anni - **9,6%**
- Oltre 50 anni - **18,4%**

La quota di figli che consuma alcol cresce sensibilmente con l'età dei genitori, segno che negli adolescenti più grandi (tipicamente figli di genitori over 50) è più frequente la sperimentazione di bevande alcoliche.

3. Sonno tardivo (dopo mezzanotte) per struttura familiare

- Coppie conviventi - **5,7%**
- Madre monogenitore - **9,4%**
- Padre monogenitore - **9,0%**

Nei nuclei monogenitoriali, i figli tendono più spesso ad andare a dormire dopo mezzanotte: quasi **il doppio rispetto alle famiglie con entrambi i genitori**. Questo suggerisce una minore capacità di regolazione delle abitudini quotidiane in contesti più fragili.

4. Cellulare acceso di notte per titolo di studio dei genitori

- Licenza elementare/nessun titolo - **40%**
- Licenza media - **39%**
- Qualifica professionale (2–3 anni) - **37%**
- Laurea/post-laurea - **35%**
- Diploma maturità - **32%**

Più basso è il titolo di studio dei genitori, maggiore è la probabilità che i figli tengano il cellulare acceso la notte. Ciò riflette differenze di **consapevolezza educativa**: famiglie con più basso capitale culturale tendono a esercitare meno controllo.

Sintesi sugli incroci

Gli approfondimenti mostrano che i **comportamenti a rischio non sono distribuiti uniformemente**, ma variano in base a:

- **Genere** - i maschi più a rischio per fumo.
- **Età dei genitori** - figli di genitori più anziani più esposti al consumo di alcol.
- **Struttura familiare** - nuclei monogenitoriali più vulnerabili in termini di abitudini di sonno.
- **Titolo di studio** - minore istruzione dei genitori associata a **uso meno controllato del cellulare**.

Questi incroci rafforzano l'idea che i rischi non dipendono solo da scelte individuali dei ragazzi, ma sono fortemente legati al **contesto familiare e socio-culturale**.

Step 5: altre aree del questionario (famiglia, cultura, scuola).

Tablelle sintetiche

Collaborazione in famiglia

• Cura della propria stanza/cose	2.897	44%
• Spesa/commissioni	991	15%
• Cura della casa	834	13%
• Cura dei fratelli minori	542	8%
• Cura dei nonni	294	4%
• Nessuna collaborazione	1.009	15%

Attività culturali extrascolastiche

- Teatro/recitazione - **216** - Giornalino scolastico - **84** (+12 in seconda rilevazione)

Alternanza scuola-lavoro (solo per studenti dal terzo anno superiore in poi)

- Sì - **525** (+88) No - **1.565** (+233)

Circa **1 studente su 4** ha partecipato ad attività di alternanza.

Focus Point

Collaborazione familiare

- La maggioranza dei ragazzi contribuisce in modo regolare alla **cura della propria stanza** (quasi 3.000), segno di responsabilizzazione personale.
- Attività più impegnative (cura di fratelli minori, nonni, gestione della casa) coinvolgono quote ridotte, ma rappresentano un **valore educativo rilevante** nelle famiglie in cui avvengono.
- Il fatto che circa **1.000 ragazzi non collaborino affatto** evidenzia però un'area di potenziale criticità, legata a modelli educativi più permissivi o a minore richiesta di responsabilità.

Attività culturali extrascolastiche

- Teatro e giornalini scolastici sono pratiche di **nicchia**, con numeri contenuti rispetto ad altre attività (es. sport).
- Questo segnala un **minor investimento in percorsi creativi e partecipativi**, che restano marginali.

Alternanza scuola-lavoro

- Solo un quarto degli studenti coinvolti nelle scuole superiori dichiara di aver partecipato a percorsi di alternanza.
- Ciò riflette sia i limiti strutturali del sistema educativo, sia la discontinuità di queste esperienze.

Sintesi Step 5

Lo Step 5 arricchisce la lettura del campione evidenziando che:

- La **collaborazione familiare** è diffusa ma non universale, con un nucleo di ragazzi poco responsabilizzati.
 - Le **attività culturali** non sportive hanno un ruolo marginale, con spazi da valorizzare.
 - L'**alternanza scuola-lavoro** resta ancora limitata, pur rappresentando un'opportunità importante per collegare scuola e mondo esterno.
-

Sintesi conclusiva dell'indagine

1. Profilo del campione (Step 1)

Il campione, composto da oltre 4.800 nuclei familiari, risulta **ampio e solido**, offrendo una base statistica affidabile.

- La maggioranza dei rispondenti è nella fascia **31–50 anni** (75%), con prevalenza femminile (67%) e di nazionalità italiana (91%).
- Il **titolo di studio** è mediamente alto (oltre il 70% con diploma o laurea).
- La **struttura familiare** è prevalentemente biparentale (82%), ma con una quota significativa di famiglie monogenitoriali (16%).

👉 Questo profilo evidenzia una **forte rappresentatività del ceto medio-istruito**, con aree di fragilità riconoscibili nei nuclei monoparentali e nei segmenti con basso titolo di studio.

2. Condizioni familiari (Step 2)

- La gran parte delle famiglie ha **un solo figlio** nella fascia 9–16 anni (76%).
- I genitori sono in prevalenza **lavoratori dipendenti** (50%), con presenza significativa di autonomi/artigiani (26%) e casalinghe (14%).

👉 La struttura familiare e la condizione occupazionale delineano un contesto tendenzialmente **stabile**, ma con **diversità socio-economiche** che si riflettono sulle opportunità offerte ai figli.

3. Abitudini e attività (Step 3)

- **Uso TV/PC:** quasi la metà dei ragazzi trascorre 1–2 ore al giorno davanti agli schermi, con un ulteriore 25% che supera le 2 ore.
- **Attività extrascolastiche:** lo **sport** è praticato dal 52%, seguito da musica (14%), lingue (13%), danza (9%). Le attività artistiche e culturali (teatro, giornalini) sono marginali.
- **Uso di internet:** il 28% senza controllo, il 27% sotto forma di dialogo, il 19% con strumenti tecnologici, il 18% con presenza diretta dei genitori.

👉 Emergono tre tendenze:

1. **Sport come collante educativo** e attività più diffusa e inclusiva.

2. **Ampio uso di tecnologie**, con livelli di esposizione moderati ma costanti.
 3. **Stili di controllo differenziati**, che variano per professione e titolo di studio dei genitori (i dipendenti più propensi al dialogo, gli artigiani/autonomi più permissivi).
-

4. Comportamenti a rischio (Step 4)

- **Fumo**: il 6% ha già provato, con prevalenza tra i maschi.
- **Alcol**: l'11% consuma bevande alcoliche, in gran parte sporadicamente. La quota cresce nei figli di genitori più anziani (oltre 50 anni).
- **Sonno**: la maggior parte va a letto tra le 22 e le 24; il 6% dopo mezzanotte, soprattutto nei nuclei monogenitoriali.
- **Qualità del sonno**: il 92% buona/ottima, solo il 5% scadente.
- **Cellulare notturno**: acceso per il 35% dei ragazzi, con incidenza maggiore tra i figli di genitori con basso titolo di studio.

👉 Le aree critiche principali sono:

- **uso del cellulare di notte,**
 - **consumo di alcol negli adolescenti più grandi,**
 - **ritmi di sonno irregolari nei contesti monogenitoriali.**
-

5. Partecipazione culturale e scolastica (Step 5)

- **Collaborazione familiare**: diffusa nella cura della propria stanza ($\approx 60\%$), meno in attività più impegnative (cura fratelli, nonni). Un 20% non collabora affatto.
- **Attività culturali**: teatro e giornalini scolastici marginali ($< 5\%$).
- **Alternanza scuola-lavoro**: solo un quarto degli studenti vi ha partecipato, segno di esperienze ancora limitate.

👉 I dati mostrano **un deficit di partecipazione culturale e civica**, a fronte di un forte radicamento nello sport e nell'uso di tecnologie.

Incroci rilevanti tra gli step

- **Genere:**
 - Sport trasversale, danza quasi esclusiva delle ragazze.
 - Maschi più a rischio su fumo.
- **Età dei genitori:**
 - Figli di genitori più giovani - maggiore esposizione a schermi.
 - Figli di genitori più anziani - maggiore consumo di alcol.
- **Struttura familiare:**
 - Monogenitori - minore pratica sportiva, più frequente sonno tardivo.
- **Titolo di studio:**
 - Più alto - maggiore propensione a lingue straniere, più controllo sul digitale.
 - Più basso - uso del cellulare notturno più diffuso, minore partecipazione culturale.

👉 Questi incroci confermano che **il contesto familiare e socioculturale è determinante** nel modulare le abitudini e i rischi.

Quadro riassuntivo dei risultati

✅ Punti di forza

- Ampia diffusione dello sport come pratica educativa.
- Buona qualità del sonno percepita.
- Relativamente basso livello di fumo e alcol.
- Coinvolgimento diffuso nelle cure domestiche di base.

⚠️ Aree di criticità

- Eccessivo tempo davanti a schermi e cellulare acceso di notte (35%).
- Attività culturali e creative marginali.
- Differenze educative legate a titolo di studio e professione dei genitori.
- Maggiore vulnerabilità nei nuclei monogenitoriali (sport ridotto, sonno tardivo).

- Alternanza scuola-lavoro poco diffusa.
-

Raccomandazioni interpretative

1. **Valorizzare lo sport come leva di inclusione** - potenziarne l'accesso nei nuclei monogenitoriali e nelle famiglie più fragili.
 2. **Promuovere attività culturali** (teatro, giornalini, arti creative) per bilanciare l'uso intensivo di tecnologie e ampliare le opportunità educative.
 3. **Educazione digitale mirata** - formare genitori e figli su uso consapevole di internet e cellulare, con particolare attenzione alle famiglie con basso titolo di studio.
 4. **Prevenzione mirata dei comportamenti a rischio:**
 - contrasto all'uso notturno del cellulare,
 - sensibilizzazione su alcol negli adolescenti più grandi,
 - supporto a stili di vita regolari nei contesti monogenitoriali.
 5. **Rafforzare il legame scuola-lavoro** - potenziare l'alternanza con progetti concreti e ben integrati, per colmare il divario tra istruzione e mondo esterno.
-

Approfondimento – Contesto & Policy

1. Introduzione

Il questionario *Manteniamo il passo* è stato letto alla luce della letteratura internazionale, dei dati di sorveglianza nazionali (HBSC, ESPAD, OCSE) e del **dibattito politico-educativo** attuale. Questo confronto consente di collocare i risultati non solo nel quadro locale, ma anche in quello più ampio delle politiche di salute, educazione e digitalizzazione.

2. Tempo davanti agli schermi, sonno e smartphone

Letteratura

- OMS e HBSC Italia segnalano che un uso eccessivo degli schermi, soprattutto in orario serale/notturno, è associato a **peggior qualità del sonno** e maggiore latenza nell'addormentamento.
- L'OCSE ha documentato l'effetto negativo dei device in classe sul rendimento, sostenendo politiche di **limitazione degli smartphone a scuola**.

Risultati indagine

- Quasi la metà dei ragazzi trascorre 1–2 ore davanti a TV/PC (conformi al riferimento “<2 ore/die”), ma il **35% tiene acceso il cellulare di notte**.
- La qualità del sonno è percepita come buona/ottima nel 92% dei casi, ma il 6% va a dormire dopo mezzanotte.

*Non conta solo “quante ore” di schermo, ma “quando” e “come”:
notifiche e reperibilità notturna sono i veri fattori di rischio*

Implicazioni

- Serve un approccio misto: **divieti scolastici + educazione familiare al digitale** (modalità notturna, device fuori dalla camera).
-

3. Sport e attività fisica

Letteratura

- Solo ~10% degli adolescenti italiani raggiunge i livelli raccomandati OMS ($\geq 60'$ al giorno).
- Studi longitudinali mostrano disuguaglianze crescenti legate allo **status socioeconomico** ed al **titolo di studio dei genitori**.

Risultati indagine

- Lo sport è praticato con continuità dal 52% dei ragazzi.
- Nei nuclei monogenitoriali la quota scende sotto il 45%.

Lo sport è centrale come leva educativa, ma restano forti disuguaglianze familiari su aspetti organizzativi ed economici.

Implicazioni

- Introdurre **voucher sportivi** per famiglie fragili.
- Potenziare il legame scuola-sport per garantire continuità.

4. Fumo, alcol e nuovi rischi

Letteratura

- ESPAD segnala trend in calo per fumo e alcol, in aumento per e-cig, gaming e azzardo online.
- I nuovi rischi colpiscono sempre più anche le ragazze.

Risultati indagine

- Solo il 6% ha provato a fumare; 11% beve alcolici (10% sporadici, <1% abituali).
- Figli di genitori >50 anni più esposti all'alcol.

Fumo e alcol in calo, ma attenzione: l'indagine non misura vaping ed e-gambling, aree emergenti di rischio

Implicazioni

- Ampliare le future rilevazioni a **vapo, gaming, azzardo online**.
 - Potenziare prevenzione mirata sugli adolescenti più grandi.
-

5. Mediazione genitoriale e capitale culturale

Letteratura

- La mediazione genitoriale (attiva, restrittiva, tecnica) influenza gli esiti. Le famiglie con **basso titolo di studio** mostrano meno capacità di controllo digitale.

Risultati indagine

- 28% senza controllo, 27% con dialogo, 19% con strumenti tecnologici.
- **Cellulare acceso di notte** molto più diffuso nei figli di genitori con basso titolo di studio.

Il capitale culturale dei genitori è un predittore forte della “igiene digitale” familiare

Implicazioni

- Avviare **percorsi di alfabetizzazione digitale per genitori**, non solo per studenti.
-

6. Alternanza scuola-lavoro (PCTO)

Letteratura

- Dopo incidenti e polemiche, le PCTO sono oggetto di interventi legislativi (Registro, Albo, Osservatorio).
- Il sentiment diffuso chiede **più sicurezza e qualità**.

Risultati indagine

- Solo 1 studente su 4 ha partecipato a programmi di alternanza.

L'alternanza resta poco diffusa e disomogenea, ma è cruciale per collegare istruzione e lavoro.

Implicazioni

- Integrare PCTO con **standard verificabili** e sbocchi orientativi concreti.

7. Quadro sinottico dei risultati

Area	Conferma letteratura	Aggiunge/Smentisce	Implicazioni
Schermi e sonno	Conferma rischi notturni	Aggiunge focus su cellulare acceso (35%)	Educazione digitale familiare
Sport	Conferma disuguaglianze SES	Aggiunge focus su monogenitori	Voucher sportivi, rete scuola-sport
Fumo/Alcol	Conferma trend calante	Smentisce completezza (mancano e-cig/gaming)	Nuovi item di indagine
Mediazione genitoriale	Conferma influenza capitale culturale	Aggiunge evidenza su cellulare notturno	Alfabetizzazione genitori
PCTO	Conferma fase di transizione	Aggiunge misura locale (25%)	Standard di qualità e sicurezza

8. Raccomandazioni finali

1. **Integrare l'educazione digitale nelle famiglie**, soprattutto in contesti meno istruiti.
2. **Rendere accessibile lo sport** a tutte le fasce sociali con sostegni economici e organizzativi.
3. **Aggiornare i questionari** includendo nuovi rischi (e-cig, gaming, gambling online).

4. **Consolidare l'alternanza scuola-lavoro** garantendo qualità, sicurezza e sbocchi concreti.
 5. **Promuovere attività culturali creative** (teatro, giornalini, arti) oggi marginali.
-