



UNIVERSITÀ
DEGLI STUDI
DI TORINO

Dipartimento di Filosofia e Scienze dell'educazione

Corso di Laurea in Scienze dell'educazione
Indirizzo Educatore dei Servizi Educativi per l'Infanzia

Corso di Pedagogia Sperimentale
Docente: Roberto Trincherò

A.A. 2022/2023

RICERCA EMPIRICA:

***“Vi è relazione tra l'uso eccessivo dei
dispositivi elettronici e la qualità del sonno
del bambino?”***

Relazione a cura di:

Gaia Ottoboni (963315)
Martina Peretto (959136)
Maria Elisabetta Torre (957242)



INDICE

1. INTRODUZIONE

2. TEMA, PROBLEMA, OBIETTIVO DI RICERCA

2.1 Tema della ricerca

2.2 Problema della ricerca

2.3 Obiettivo di Ricerca

3. QUADRO TEORICO

3.1 Quadro teorico

3.2 Mappa concettuale

4. IPOTESI E STRATEGIE DI RICERCA

4.1 Ipotesi di ricerca

4.2 Strategie di ricerca

5. FATTORI

5.1 Fattore dipendente

5.2 Fattore indipendente

5.3 Variabili di sfondo

6. DEFINIZIONE OPERATIVA DEI FATTORI

7. CAMPIONE

7.1 Popolazione di riferimento

7.2 Numerosità del campione

7.3 Tecnica di campionamento

8. TECNICHE E STRUMENTI DI RILEVAZIONE DEI DATI

8.1 Questionario

9. PIANO DI RACCOLTA DEI DATI

9.1 Matrice dei dati

10. ANALISI DEI DATI E INTERPRETAZIONE DEI RISULTATI

10.1 Analisi monovariata

10.2 Analisi bivariata

11. CONCLUSIONI

12. RIFLESSIONI SULL'ESPERIENZA DI RICERCA

13. BIBLIOGRAFIA E SITOGRAFIA

1. INTRODUZIONE

Il sonno è un bisogno primario, svolge un ruolo essenziale per il mantenimento di un buono stato di salute, di equilibrio e di benessere nel bambino tanto che, nei primi anni di vita, occupa buona parte della sua quotidianità.

La nostra ricerca ha l'obiettivo di verificare quanto la qualità del sonno del bambino possa essere influenzata da fattori esterni come ad esempio l'uso eccessivo di dispositivi elettronici.

Con lo sviluppo tecnologico degli ultimi anni, l'uso di apparecchiature elettroniche interattive, come ad esempio tablet, computer e smartphone, è molto diffuso tra i bambini che ne hanno sempre più facilmente libero accesso.

Ogni giorno riscontriamo questo problema, in quanto spesso ci imbattiamo in situazioni in cui il dispositivo elettronico, ormai parte integrante della quotidianità della maggior parte della popolazione, viene utilizzato come "baby-sitter elettronico" e perciò come un sostituto.

Per queste ragioni abbiamo indagato quanto gli effetti di una precoce e prolungata esposizione alla tecnologia digitale possano essere dannosi per il benessere e l'equilibrio di vita del bambino.

2. TEMA, PROBLEMA, OBIETTIVO DI RICERCA

2.1 Tema della ricerca:

Uso eccessivo dei dispositivi elettronici e la qualità del sonno del bambino.

2.2 Problema della ricerca:

Vi è una relazione tra uso eccessivo dei dispositivi elettronici e la qualità del sonno del bambino?

2.3 Obiettivo di Ricerca:

Stabilire se esiste una relazione tra uso eccessivo dei dispositivi elettronici e la qualità del sonno del bambino.

3. QUADRO TEORICO

3.1 Quadro teorico:

L'uso di apparecchiature elettroniche interattive, come tablet e smartphone, è sempre più diffuso tra i bambini. Questi dispositivi sono facilmente accessibili e il loro impiego è osservabile anche in età precocissime. Il primo dato che emerge è la conferma che un numero sempre maggiore di bambini guarda programmi televisivi e utilizza dispositivi elettronici interattivi. I motivi possono essere vari, uno di questi è sicuramente perché per i genitori la televisione e altri strumenti video costituiscono un'opportunità efficace per accudire, impegnare o distrarre i loro figli.

Il tempo che i bambini dedicano ai nuovi media è sottratto ad attività quali ascolto della lettura, gioco creativo e interazione verbale, il cui beneficio per lo sviluppo cognitivo e l'acquisizione del vocabolario è ampiamente dimostrato.

Gli apparecchi elettronici stanno rapidamente diventando la scelta preferita dei bambini a causa della loro dimensione, della loro mobilità e della loro capacità di streaming di contenuti, riducendo così i costi ai genitori. I bambini usano i dispositivi mobili per giocare, guardare video, comunicare, scattare foto ed entrare nelle varie applicazioni.

È fondamentale che l'avvicinamento dei bambini alle tecnologie sia guidato verso un uso consapevole per proteggere il bambino dalla possibilità di avere accesso incontrollato a tutto ciò che la rete possa offrire. Un compito che spetta in primo luogo ai genitori ma anche ad altri adulti di riferimento, ai fini di impedire che i New Media possano rappresentare una minaccia per lo sviluppo sociale, cognitivo ed emotivo dei bambini. Bisogna perciò educare all'uso dei dispositivi elettronici per ottimizzarne le potenzialità e riuscire così a ottenere la gran parte dei benefici dello strumento minimizzando gli effetti indesiderati.

I **vantaggi** dei Digital Devices:

- sono fonti fondamentali di informazioni;
- facilitano molto la comunicazione;
- possono contribuire a migliorare l'efficacia del sistema educativo;
- possono contribuire a sviluppare le reti sociali;
- possono promuovere la partecipazione civica.

Quando però non sono usati in modo corretto e consapevole possono provocare danni alla salute psicofisica e interferire con l'apprendimento e con lo sviluppo di relazioni.

I **rischi** derivanti dall'uso eccessivo o scorretto dei Digital Devices sono diversi:

- fanno passare molto tempo in una quasi completa immobilità, in posizioni molto spesso scorrette contribuendo a ridurre l'attività fisica;
- contribuiscono ad aumentare l'esposizione alle onde elettromagnetiche;
- rendono difficile la concentrazione;
- possono ostacolare lo sviluppo di alcune importanti funzioni come ad esempio memoria, creatività e capacità critica;
- possono provocare insonnia;
- possono provocare comportamenti aggressivi;
- possono portare a disturbi dell'attenzione;
- possono promuovere forme di socializzazione improprie.

Un altro rischio dell'uso eccessivo di dispositivi elettronici riguarda invece *la qualità del sonno*; il sonno rappresenta un'esigenza universale degli esseri umani come la fame e la sete, non è un fenomeno passivo e neppure una perdita di tempo.

E' una dimensione psicologica, un bisogno primario che occupa buona parte della vita di un bambino e la sua soddisfazione è indispensabile per il suo benessere e il suo equilibrio. Dormire è un passaggio delicato dal punto di vista psicologico, proprio perché significa separarsi dal mondo esterno, da ciò che è noto, con la paura di non ritrovare ciò che si ha attorno, che tutto svanisca.

Dormire, soprattutto se in un ambiente diverso da quello familiare, richiede una condizione di abbandono e di fiducia che viene raggiunta seguendo percorsi lenti e gradualmente, per questo non è opportuno forzare un bambino ad addormentarsi. Il riposo rappresenta una fase fondamentale che permette al bambino di rielaborare le emozioni vissute durante la giornata.

Non è auspicabile far passare i bambini da attività frenetiche o da giochi chiassosi, che provocano uno stato di eccitazione, al sonno. Una causa di eccitazione è proprio dovuta dall'uso eccessivo di dispositivi elettronici, infatti la curiosità nei confronti delle tecnologie digitali inizia in età sempre più precoce.

In questa fase dello sviluppo il cervello dei bambini è estremamente plastico e di conseguenza i rischi e benefici derivanti da qualsiasi esposizione ambientale sono massimizzati.

I disturbi del sonno del bambino sono una problematica sempre più odierna date dalle continue innovazioni a livello globale. In molti presentano problemi nella soddisfazione di questo bisogno primario che si manifesta con una resistenza ad andare a dormire o con la difficoltà nell'addormentarsi. Le cause possono essere molte e diverse, possono essere legate all'organizzazione della giornata, alla molteplicità di stimoli che circondano il bambino e alle abitudini date dai genitori. La televisione, il cellulare ed il tablet sono solo alcuni degli apparecchi elettronici che se utilizzati eccessivamente incidono sul sonno portandone all'alterazione.

E' noto il fenomeno del *Background Television* ovvero quando la televisione è accesa nelle immediate vicinanze di un bambino impegnato in altre attività. I bambini con

meno di due anni sono indirettamente esposti alla televisione per circa cinque ore e mezzo al giorno. L'attenzione del bambino mentre gioca viene catturata dalle trasmissioni guardate dai genitori, le quali oltre ad essere a lui incomprensibili, portano l'adulto a trascurare l'interazione con il bambino. Numerose ricerche hanno mostrato che la presenza di una televisione accesa, anche se ignorata, è associata ad una riduzione qualitativa e quantitativa della relazione genitore-bambino.

La televisione, ad esempio, il solo averla in stanza, influisce sui ritmi di sonno e veglia perché il bambino è cosciente della sua presenza fisica e sa di poterne usufruire autonomamente.

L'uso prolungato della TV o di altri apparecchi elettronici e le luci da loro emesse influenza il normale ritmo circadiano del bambino, infatti è stato stimato che la durata media di sonno di un bambino si è ridotta di circa 70 minuti, ciò è dovuto dal fatto che i bambini al giorno d'oggi tendono ad andare a letto tardi accorciando dunque le ore medie di sonno notturne. Il genitore, al fine di garantirne un giusto utilizzo, deve impostare orari in cui il bambino può farne uso. La televisione dopo certi orari offre programmi che non sono sempre adatti ad un pubblico di bambini i quali sono molto più vulnerabili ad alcuni tipi di contenuti.

Oltre al tempo, un altro elemento che incide sulla qualità del sonno è la tipologia di programmi, guardare cartoni animati ha un impatto diverso rispetto a guardare film di qualsiasi altro genere.

Il luogo, ovvero il setting dove si guarda la televisione, è altrettanto importante. Infatti, avere la televisione in camera non è l'ideale perché si avrà la tendenza ad "abusarne" e di conseguenza verrà spostata l'iniziazione del sonno.

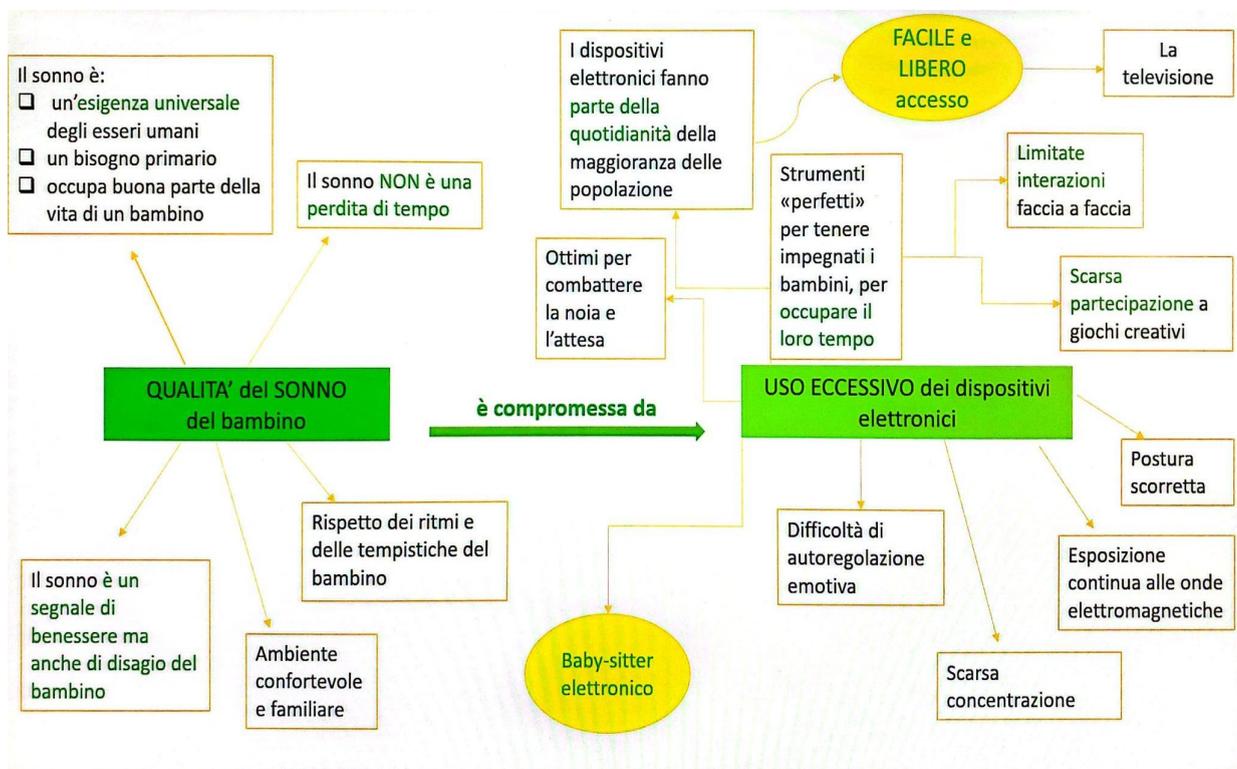
Riassumendo, il tempo trascorso davanti alla televisione, il tipo di programmi, il setting dove la si guarda, sono tutti elementi importanti che possono incidere sulla durata e sulla qualità del sonno.

E' fondamentale stabilire da che età bisognerebbe consentire l'uso di telefonini e dei tablet, quella più adeguata è non prima del compimento di 3 anni.

Lo sviluppo di un buon livello di autoregolazione costituisce un requisito fondamentale perché il bambino possa impegnarsi adeguatamente in qualsiasi attività di natura cognitiva o sociale e adattarsi quindi positivamente alle situazioni e alle nuove richieste che gli si presentano quotidianamente. Una buona regolazione emotiva e comportamentale portano a buoni livelli di collaborazione sociale e una bassa frequenza di comportamenti aggressivi. Gestire gli stati fisici e le emozioni difficili, così come controllare e regolare il proprio comportamento, sono tra i compiti più complessi che un bambino piccolo possa affrontare. Basti pensare alle svariate reazioni del bambino quando viene separato dal dispositivo elettronico che sta utilizzando.

Spesso capita di osservare come lo smartphone sia diventato un valido riempitivo, esso rappresenta l'antidoto immediatamente fruibile ed efficace alla noia e all'attesa. Di fronte al bambino annoiato che richiede attenzione una risposta molto frequente da parte dell'adulto è l'offerta del telefonino per distrarlo; l'apparecchio priva il bambino di elementi essenziali come l'interazione faccia a faccia, che contribuiscono in modo significativo al suo sviluppo emotivo e socio-cognitivo. Ancora maggiore è il rischio che lo smartphone catturi l'attenzione del genitore, anche in maniera inconsapevole, privando il bambino di quel continuo monitoraggio e feedback che l'adulto è solito offrire nel corso degli scambi interattivi. Con questa ricerca si vuole dimostrare che l'uso eccessivo degli apparecchi elettronici, a lungo andare, può portare a problemi psicofisici nel bambino. La visualizzazione dello schermo acceso dovrebbe essere specificamente evitata almeno un'ora prima di andare a dormire, in quanto nei bambini è dirompente per il sonno, ed è associata anche ad un elevato rischio di sovrappeso e obesità. Tutti gli articoli trovati e analizzati sottolineano l'importanza della messa in atto di azioni o comportamenti da parte del genitore o comunque dell'adulto, il quale, deve impostare degli orari di visione, controllare il contenuto, assicurarsi che il bambino non abusi dell'apparecchio, al fine di poter garantire successivamente un adeguato sonno senza disturbi e senza conseguenze aggravanti.

3.2 Mappa concettuale:



4. IPOTESI E STRATEGIE DI RICERCA

4.1 Ipotesi di ricerca:

L'ipotesi che ha guidato la nostra ricerca è: esiste una relazione tra uso eccessivo dei dispositivi elettronici e la qualità del sonno del bambino.

4.2 Strategie di ricerca

Poiché l'obiettivo è quello di cercare una possibile relazione tra due fattori, abbiamo utilizzato il metodo di ricerca standard, che intende spiegare gli stati assunti da un dato fattore sulla base di quelli assunti da altri fattori, permettendoci di descrivere quantitativamente una data realtà educativa.

Per verificare l'ipotesi abbiamo costruito un questionario online, al fine di esaminare i risultati ottenuti tramite l'analisi monovariata e bivariata delle variabili. Questo strumento di raccolta dati ci permetterà di rilevare i dati necessari per condurre la ricerca in una fascia temporale relativamente breve.

5. FATTORI

5.1 Fattore indipendente:

uso eccessivo dei dispositivi elettronici

5.2 Fattore dipendente :

la qualità del sonno del bambino

5.3 Variabili di sfondo:

età, genere

6. DEFINIZIONE OPERATIVA DEI FATTORI

Fattori	Indicatori	Item di rilevazione	Variabili
variabili di sfondo: età e genere	Età del bambino	D1: Quanti anni ha il vostro bambino?	<input type="checkbox"/> 18 mesi- 2 anni <input type="checkbox"/> 2-4 anni <input type="checkbox"/> 4-6 anni
	Genere del bambino	D2: Indica il genere	<input type="checkbox"/> maschio <input type="checkbox"/> femmina

Fattori	Indicatori	Item di rilevazione	Variabile
fattore indipendente: uso eccessivo dei dispositivi elettronici	Tempo dedicato al giorno ai dispositivi elettronici	D1: Mediamente quanto tempo al giorno il bambino dedica ai dispositivi elettronici?	<input type="checkbox"/> meno di 1 ora <input type="checkbox"/> da 1 a 2 ore al giorno <input type="checkbox"/> più di 2 ore al giorno
	Ritenere che i dispositivi siano un ottimo modo per occupare il tempo del bambino	D2: Ritenete che sia comodo utilizzare i dispositivi elettronici per occupare il tempo del bambino?	<input type="checkbox"/> per niente <input type="checkbox"/> poco <input type="checkbox"/> abbastanza <input type="checkbox"/> molto

	<p>Tipologia di dispositivo utilizzato</p>	<p>D3: Quale dispositivo elettronico usa maggiormente?</p>	<p><input type="checkbox"/> televisore per guardare i cartoni</p> <p><input type="checkbox"/> tablet per giocare/disegnare</p> <p><input type="checkbox"/> telefono per guardare video</p> <p><input type="checkbox"/> computer con videogiochi</p> <p><input type="checkbox"/> altro</p>
	<p>Utilizzare i dispositivi elettronici prima di andare a dormire</p>	<p>D4: Prima di andare a dormire il bambino svolge altre attività che non implicano l'uso di tablet/cellulari?</p>	<p><input type="checkbox"/> si</p> <p><input type="checkbox"/> no</p> <p><input type="checkbox"/> a volte</p>
	<p>Reazione/comportamento del bambino alla separazione dal dispositivo</p>	<p>D5: Se al bambino viene tolto il dispositivo, come si mostra?</p>	<p><input type="checkbox"/> in un primo momento agitato e poi si tranquillizza</p> <p><input type="checkbox"/> resta nervoso</p> <p><input type="checkbox"/> aggressivo</p> <p><input type="checkbox"/> sereno</p> <p><input type="checkbox"/> si consola con altri giochi</p>

Fattori	Indicatori	Item di rilevazione	Variabili
fattore dipendente: la qualità del sonno del bambino	Orario in cui il bambino va a dormire	D1: A che orario il tuo bambino è solito andare a dormire?	<input type="checkbox"/> prime delle 20 <input type="checkbox"/> tra le 20 e le 21 <input type="checkbox"/> tra le 21 e le 22 <input type="checkbox"/> dopo le 22
	Tempo dedicato al sonno	D2: Quante ore il bambino dorme di notte?	<input type="checkbox"/> meno di 4 ore <input type="checkbox"/> tra le 4 e le 6 ore <input type="checkbox"/> tra le 6 e le 7 ore <input type="checkbox"/> più di 7 ore
	Frequenza dei risvegli durante il sonno	D3: Quante volte il bambino si sveglia di notte?	<input type="checkbox"/> mai <input type="checkbox"/> 1 volta <input type="checkbox"/> più di 1 volta
	Motivazione dei risvegli notturni	D4: Per quale motivo il bambino si sveglia di notte?	<input type="checkbox"/> fame <input type="checkbox"/> non ha più sonno <input type="checkbox"/> incubi/ sogni <input type="checkbox"/> ansia e preoccupazione <input type="checkbox"/> altri bisogni

7. CAMPIONE

7.1 Popolazione di riferimento

La popolazione di riferimento per la somministrazione del questionario è costituita da bambini di età compresa tra i 18 mesi e i 6 anni.

7.2 Numerosità del campione

Il campione è composto da 34 genitori che si sono resi disponibili a rispondere al questionario da noi creato.

7.3 Tecnica di campionamento

Ricorriamo ad un campionamento di tipo non probabilistico. Nello specifico utilizziamo un campionamento accidentale in quanto chiederemo la collaborazione dei soggetti più facili da reperire. Il numero di soggetti necessari per il campionamento scelto deve essere di almeno 30 soggetti poiché è una ricerca standard che opera in estensione.

8. TECNICHE E STRUMENTI DI RILEVAZIONE DEI DATI

Per la rilevazione dei dati abbiamo sottoposto al campione della nostra ricerca un questionario online, anonimo, auto-compilato ed a risposte chiuse. Il questionario da noi creato è intitolato “vi è relazione tra l’uso eccessivo dei dispositivi elettronici e la qualità del sonno del bambino?” ed è composto da undici domande a risposta multipla. Per ciascuna domanda è possibile dare una sola risposta (ad esclusione delle domande 5, 10 e 11 per cui è stata data più di una risposta).

Le prime due domande riguardano le variabili di sfondo (l’età e il genere) mentre le restanti nove domande vanno ad indagare la variabile dipendente e la variabile indipendente.

8.1 Questionario

“Vi è relazione tra l’uso eccessivo dei dispositivi elettronici e la qualità del sonno del bambino?”

Buongiorno siamo Martina, Gaia e Elisabetta, studentesse presso il Dipartimento di Scienze dell'Educazione (indirizzo nidi), dell'Università di Torino. Chiediamo la vostra collaborazione nella compilazione di questo breve questionario auto-compilato per lo svolgimento della nostra ricerca empirica per l'esame di Pedagogia Sperimentale. Vi garantiamo che le risposte fornite, utilizzate esclusivamente per le elaborazioni statistiche, saranno del tutto anonime nel rispetto del D.Lgs 196/2003. Ringraziamo anticipatamente tutti quelli che parteciperanno.

1. Quanti anni ha il bambino?

- 18 mesi - 2 anni
- 2 anni- 4 anni
- 4 anni- 6 anni

2. Indica il genere del bambino:

- maschio
- femmina

3. Mediamente quanto tempo al giorno il bambino dedica ai dispositivi elettronici?

- meno di 1 ora al giorno
- da 1 a 2 ore al giorno
- più di 2 ore al giorno

4. Ritenete che sia comodo utilizzare i dispositivi elettronici per occupare il tempo del bambino?

- per niente
- poco
- abbastanza
- molto

5. Quale dispositivo elettronico usa maggiormente?

- televisore per guardare i cartoni
- tablet per giocare/disegnare
- telefono per guardare video
- computer con i videogiochi
- altro

6. Prima di andare a dormire il bambino svolge altre attività che non implicano l'uso di tablet/cellulari?

- si
- no
- a volte

7. A che orario il bambino è solito andare a dormire?

- prima delle 20
- tra le 20-21
- tra le 21-22
- dopo le 22

8. Quante ore il bambino dorme di notte?

- meno di 4 ore
- tra le 4 e 6 ore
- tra le 6 e 7 ore
- più di 7 ore

9. Quante volte il bambino si sveglia di notte?

- mai
- 1 volta
- più di 1 volta

10. Se si è risposto 1 volta o più di 1 volta alla domanda precedente, per quale motivo il bambino si sveglia durante la notte? **domanda non obbligatoria**

- fame
- non ha più sonno
- incubi
- ansia e preoccupazione
- altro

11. Se al bambino viene tolto il dispositivo, come si mostra?:

- in un primo momento agitato e poi si tranquillizza
- resta nervoso
- aggressivo
- sereno
- si consola con altri giochi

9. PIANO DI RACCOLTA DEI DATI

Per la raccolta dei dati abbiamo contattato una trentina di genitori con figli di età compresa tra i 18 mesi e i 6 anni compiuti ai quali abbiamo raccontato della ricerca che stavamo conducendo e ai quali abbiamo chiesto se vi era la possibilità di rispondere ad un brevissimo questionario. Sono i genitori che procedono con la compilazione poiché trascorrono molto tempo con i loro bimbi soprattutto in momenti come la sera e la notte (il nostro argomento di ricerca riguarda proprio il sonno).

Si tratta di un questionario realizzato sulla piattaforma “Questionari di Google” da compilare online, di facile accesso per ogni persona, con 11 domande a risposta multipla e in forma anonima che veniva trasmesso ai genitori tramite un link. La restituzione era altrettanto facile e veloce dato che automaticamente le risposte venivano salvate nel sistema. Era in forma anonima in modo che ognuno si sentisse libero di esprimersi al meglio senza paura dei giudizi altrui. Il principale vantaggio di questo strumento è la rapidità con cui abbiamo potuto ricevere le risposte e la comodità per i genitori nel dare il loro contributo.

Passati alcuni giorni dall’invio del questionario, abbiamo raccolto le diverse risposte su un foglio Excel che ci ha permesso di comparare i vari dati che erano emersi e di confrontarci tra noi.

9.1 Matrice dei dati

Documento Excel con risposte al questionario.

	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	
	CODICE	Età	Genere	H/GG dedicate ai dispositivi	Comodità dispositivi	Dispositivo più utilizzato	Attività svolte prima di dormire	dispositivi non inclusi	Orario in cui il bimbo va a dormire	Ore totali di sonno di notte	Numero risvegli notturni	Motivi risvegli notturni	Reazione al distacco dei dispositivi
1	a001	3	1	1	2	1	3	2	4	1 /		1	
2	a002	3	1	1	2	1	3	2	4	1 /		1	
3	a003	3	1	1	2	1	3	2	4	1 /		1	
4	a004	3	1	2	3	1	3	3	4	1 /		1	
5	a005	2	2	2	3	1	1	3	3	2	5	5	
6	a006	1	1	2	2	1	1	3	4	1 /		5	
7	a007	3	2	2	2	1	1	3	4	2	5	4	
8	a008	2	2	1	2	1	3	3	4	1 /		1	
9	a009	2	1	1	1	1	1	2	3	3	5	5	
10	a010	2	2	2	2	1	3	2	2	2	4	1	
11	a011	2	1	2	2	1	1	3	4	2	3	1	
12	a012	2	1	3	1	1	3	3	3	1 /		3	
13	a013	1	2	1	2	1	1	2	3	2	5	5	
14	a014	2	1	1	1	1	1	2	4	2	5	5	
15	a015	3	1	1	1	1	2	3	4	1 /		4	
16	a016	3	2	3	3	3	3	3	4	1 /		1	
17	a017	1	2	1	3	1	1	3	3	1 /		1	
18	a018	3	1	2	3	3	3	3	3	1 /		1	
19	a019	3	1	2	3	1	3	3	3	1 /		1	
20	a020	3	2	2	2	1	1	2	4	1 /		5	
21	a021	3	2	2	2	2	2	2	4	1 /		5	
22	a022	3	2	2	2	2	2	2	4	1 /		5	
23	a023	3	1	2	3	1	1	3	4	2	5	1	
24	a024	1	1	1	1	5	1	2	2	3	1	4	
25	a025	1	2	1	3	2	1	3	3	3	1	1	
26	a026	2	2	2	1	3	2	2	4	2	2	2	
27	a027	3	2	2	3	3	1	2	4	1 /		5	
28	a028	3	1	2	2	1	1	3	4	2	5	5	
29	a029	1	1	3	2	1	1	2	2	3	3	5	
30	a030	2	2	2	3	2	2	2	4	2	5	5	
31	a031	3	2	3	1	2	3	4	3	1 /		2	
32	a032	1	2	2	3	1	1	4	3	3	1	5	
33	a033	2	2	2	1	1	1	3	4	2	5	4	
34	a034	1	2	1	1	1	1	2	3	3	1	4	

10. ANALISI DEI DATI E INTERPRETAZIONE DEI RISULTATI

Abbiamo analizzato i dati attraverso l’analisi monovariata e bivariata dei risultati raccolti, utilizzando il programma di analisi quantitativa dei dati “JsStat”, fornitoci dal Professor Roberto Trincherò.

10.1 Analisi monovariata

L’analisi monovariata dei dati raccolti ci ha permesso di descrivere la realtà educativa da noi presa in esame attraverso parametri quantitativi ricavati dal campione.

In questo modo, avvalendosi dell'ausilio del pacchetto statistico "JsStat", abbiamo ottenuto:

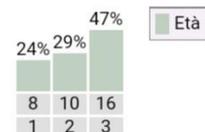
- *Distribuzione di frequenza, semplice e cumulata* che permettono di comprendere come si distribuiscono i casi del campione;
- *Indici di tendenza centrale*, permettono di comprendere il punto intorno al quale si trova la distribuzione dei dati. Sono elaborati attraverso il calcolo della *moda* (categoria con frequenza più alta), della *mediana* (punto della distribuzione ordinata dei casi che lascia alla sua sinistra e alla sua destra lo stesso numero di casi) e della *media aritmetica* (punto della distribuzione che azzerava la somma degli scarti di ciascun dato da essa);
- *Indici di dispersione*, l'indice che calcola quanto sono concentrati i valori della distribuzione intorno al punto centrale della distribuzione stessa.

Analisi variabile 1: Età

Distribuzione di frequenza:

Età

Modalità	Frequenza semplice	Percent. semplice	Frequenza cumulata	Percent. cumulata	Int. Fid. 95%
1	8	24%	8	24%	9%-38%
2	10	29%	18	53%	14%-45%
3	16	47%	34	100%	30%-64%



Campione:

Numero di casi= 34

Indici di tendenza centrale:

Moda = 3

Mediana = 2

Media = 2.24

Indici di dispersione:

Squilibrio = 0.36

Campo di variazione = 2

Differenza interquartilica = 1

Scarto tipo = 0.81

Indici di forma:

Asimmetria = -0.45

Curtosi = -1.32

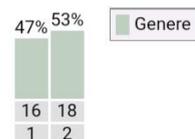
1. 18 mesi - 2 anni
2. 2 anni - 4 anni
3. 4 anni - 6 anni

Analisi variabile 2: Genere

Distribuzione di frequenza:

Genere

Modalità	Frequenza semplice	Percent. semplice	Frequenza cumulata	Percent. cumulata	Int. Fid. 95%
1	16	47%	16	47%	30%;64%
2	18	53%	34	100%	36%;70%



Campione:

Numero di casi= 34

Indici di tendenza centrale:

Moda = 2

Mediana = 2

Media = 1.53

Indici di dispersione:

Squilibrio = 0.5

Campo di variazione = 1

Differenza interquartilica = 1

Scarto tipo = 0.5

Indici di forma:

Asimmetria = -0.12

Curtosi = -1.99

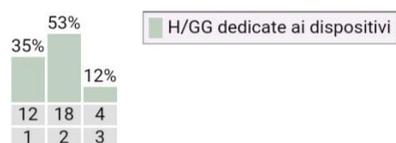
1. Maschio
2. Femmina

Analisi variabile 3: h/gg dedicate ai dispositivi

Distribuzione di frequenza:

H/GG dedicate ai dispositivi

Modalità	Frequenza semplice	Percent. semplice	Frequenza cumulata	Percent. cumulata	Int. Fid. 95%
1	12	35%	12	35%	19%;51%
2	18	53%	30	88%	36%;70%
3	4	12%	34	100%	1%;23%



Campione:

Numero di casi= 34

Indici di tendenza centrale:

Moda = 2

Mediana = 2

Media = 1.76

Indici di dispersione:

Squilibrio = 0.42

Campo di variazione = 2

Differenza interquartilica = 1

Scarto tipo = 0.64

Indici di forma:

Asimmetria = 0.26

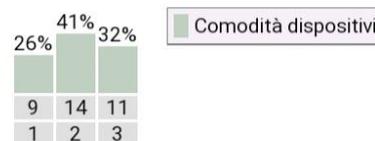
Curtosi = -0.7

1. Meno di 1 ora al giorno
2. Da 1 ora a 2 ore al giorno
3. Più di 2 ore al giorno

Analisi variabile 4: Comodità dispositivi

Distribuzione di frequenza: Comodità dispositivi

Modalità	Frequenza semplice	Percent semplice	Frequenza cumulata	Percent cumulata	Int. Fid. 95%
1	9	26%	9	26%	12%-41%
2	14	41%	23	68%	25%-58%
3	11	32%	34	100%	17%-48%



Campione:

Numero di casi= 34

Indici di tendenza centrale:

Moda = 2

Mediana = 2

Media = 2.06

Indici di dispersione:

Squilibrio = 0.34

Campo di variazione = 2

Differenza interquartilica = 2

Scarto tipo = 0.76

Indici di forma:

Asimmetria = -0.1

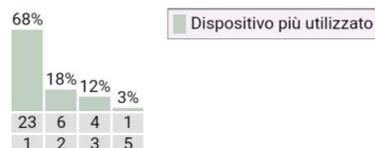
Curtosi = -1.28

1. Per niente
2. Poco
3. Abbastanza
4. Molto

Analisi variabile 5: Dispositivo più utilizzato

Distribuzione di frequenza: Dispositivo più utilizzato

Modalità	Frequenza semplice	Percent semplice	Frequenza cumulata	Percent cumulata	Int. Fid. 95%
1	23	68%	23	68%	52%-83%
2	6	18%	29	85%	5%-30%
3	4	12%	33	97%	1%-23%
5	1	3%	34	100%	0%-12%



Campione:

Numero di casi= 34

Indici di tendenza centrale:

Moda = 1

Mediana = 1

Media = 1.53

Indici di dispersione:

Squilibrio = 0.5

Campo di variazione = 4

Differenza interquartilica = 1

Scarto tipo = 0.92

Indici di forma:

Asimmetria = 1.99

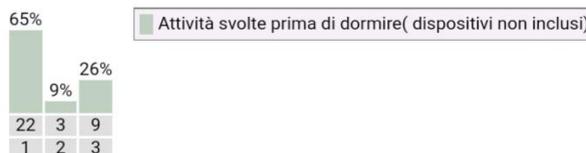
Curtosi = 3.96

1. Televisore per guardare i cartoni
2. Tablet per giocare/disegnare
3. Telefono per guardare video
4. Computer con i videogiochi
5. Altro

Analisi variabile 6: Attività svolte prima di dormire (dispositivi non inclusi)

Distribuzione di frequenza:
Attività svolte prima di dormire(dispositivi non inclusi)

Modalità	Frequenza semplice	Percent. semplice	Frequenza cumulata	Percent. cumulata	Int. Fid. 95%
1	22	65%	22	65%	49%;81%
2	3	9%	25	74%	0%;18%
3	9	26%	34	100%	12%;41%



Campione:

Numero di casi= 34

Indici di tendenza centrale:

Moda = 1

Mediana = 1

Media = 1.62

Indici di dispersione:

Squilibrio = 0.5

Campo di variazione = 2

Differenza interquartilica = 2

Scarto tipo = 0.87

Indici di forma:

Asimmetria = 0.82

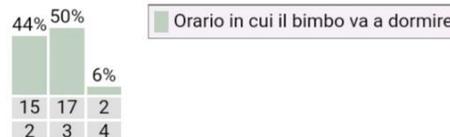
Curtosi = -1.19

1. Si
2. No
3. A volte

Analisi variabile 7: Orario in cui il bimbo va a dormire

Distribuzione di frequenza:
Orario in cui il bimbo va a dormire

Modalità	Frequenza semplice	Percent. semplice	Frequenza cumulata	Percent. cumulata	Int. Fid. 95%
2	15	44%	15	44%	27%;61%
3	17	50%	32	94%	33%;67%
4	2	6%	34	100%	0%;14%



Campione:

Numero di casi= 34

Indici di tendenza centrale:

Moda = 3

Mediana = 3

Media = 2.62

Indici di dispersione:

Squilibrio = 0.45

Campo di variazione = 2

Differenza interquartilica = 1

Scarto tipo = 0.59

Indici di forma:

Asimmetria = 0,38

Curtosi = -0.69

1. Prima delle 20
2. Tra le 20-21
3. Tra le 21-22
4. Dopo le 22

Analisi variabile 8: Ore totali di sonno di notte

Distribuzione di frequenza:

Ore totali di sonno di notte

Modalità	Frequenza semplice	Percent. semplice	Frequenza cumulata	Percent. cumulata	Int. Fid. 95%
2	3	9%	3	9%	0%:18%
3	11	32%	14	41%	17%:48%
4	20	59%	34	100%	42%:75%



Campione:

Numero di casi= 34

Indici di tendenza centrale:

Moda = 4

Mediana = 4

Media = 3.5

Indici di dispersione:

Squilibrio = 0.46

Campo di variazione = 2

Differenza interquartilica = 1

Scarto tipo = 0.65

Indici di forma:

Asimmetria = -0.95

Curtosi = -0.23

1. Meno di 4 ore
2. Tra le 4 e 6 ore
3. Tra le 6 e 7 ore
4. Più di 7 ore

Analisi variabile 9: Numero risvegli notturni

Distribuzione di frequenza:

Numero risvegli notturni

Modalità	Frequenza semplice	Percent. semplice	Frequenza cumulata	Percent. cumulata	Int. Fid. 95%
1	17	50%	17	50%	33%:67%
2	11	32%	28	82%	17%:48%
3	6	18%	34	100%	5%:30%



Campione:

Numero di casi= 34

Indici di tendenza centrale:

Moda = 1

Mediana = tra 1 e 2

Media = 1.68

Indici di dispersione:

Squilibrio = 0.39

Campo di variazione = 2

Differenza interquartilica = 1

Scarto tipo = 0.76

Indici di forma:

Asimmetria = 0.61

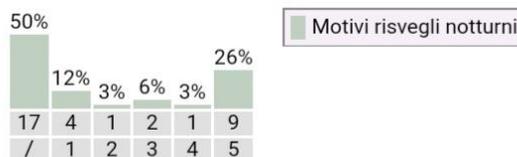
Curtosi = -1.01

1. Mai
2. 1 volta
3. Più di 1 volta

Analisi variabile 10: Motivi risvegli notturni

Distribuzione di frequenza: Motivi risvegli notturni

Modalità	Frequenza semplice	Percent. semplice	Frequenza cumulata	Percent. cumulata	Int. Fid. 95%
/	17	50%	17	50%	33%;67%
1	4	12%	21	62%	1%;23%
2	1	3%	22	65%	0%;12%
3	2	6%	24	71%	0%;14%
4	1	3%	25	74%	0%;12%
5	9	26%	34	100%	12%;41%



Campione:

Numero di casi= 34

Indici di tendenza centrale:

Moda = /

Mediana = tra / e 1

Indici di dispersione:

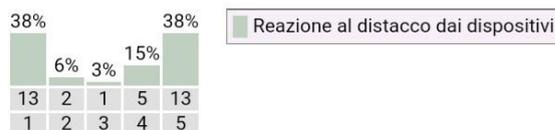
Squilibrio = 0.34

1. Fame
2. Non ha più sonno
3. Incubi
4. Ansia e preoccupazione
5. Altro

Analisi variabile 11: Reazione al distacco dai dispositivi

Distribuzione di frequenza: Reazione al distacco dai dispositivi

Modalità	Frequenza semplice	Percent. semplice	Frequenza cumulata	Percent. cumulata	Int. Fid. 95%
1	13	38%	13	38%	22%;55%
2	2	6%	15	44%	0%;14%
3	1	3%	16	47%	0%;12%
4	5	15%	21	62%	3%;27%
5	13	38%	34	100%	22%;55%



Campione:

Numero di casi= 34

Indici di tendenza centrale:

Moda = 1; 5

Mediana = 4

Media = 3.09

Indici di dispersione:

Squilibrio = 0.32

Campo di variazione = 4

Differenza interquartilica = 4

Scarto tipo = 1.8

Indici di forma:

Asimmetria = -0.13

Curtosi = -1.82

1. In un primo momento agitato e poi si tranquillizza
2. Resta nervoso
3. Aggressivo
4. Sereno
5. Si consola con altri giochi

10.2 Analisi bivariata

Si procede con l'analisi bivariata per controllare se esistono relazioni significative tra le variabili (relazioni significative = non dovute al caso). È necessario quindi incrociare tutte le variabili generate dal fattore indipendente con tutte le variabili generate dal fattore dipendente.

Sebbene le fonti da noi utilizzate per costruire il piano teorico presentassero una stretta relazione tra i fattori che abbiamo preso in considerazione inizialmente, abbiamo rilevato che per alcune variabili individuate non è presente una relazione di significatività mentre per altre è molto debole.

In questo modo, avvalendosi dell'ausilio del pacchetto statistico "JsStat", abbiamo ottenuto:

- **Significatività:** se è inferiore a 0,05 si opta per la presenza di una relazione significativa;
- **V di Cramer:** indica la forza della relazione tra le due variabili; se è vicino a 0 → relazione debole, se è vicino a 1 → relazione forte.

Tabella a doppia entrata:
Comodità dispositivi x Genere

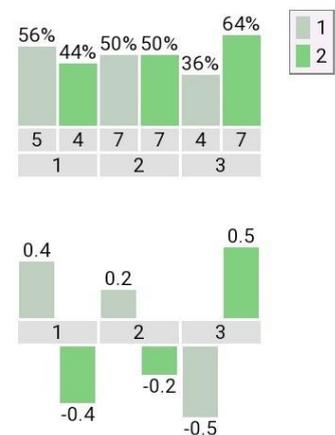
Genere-> Comodità dispositivi	1	2	Marginale di riga
1	5 4.2 0.4	4 4.8 -0.4	9
2	7 6.6 0.2	7 7.4 -0.2	14
3	4 5.2 -0.5	7 5.8 0.5	11
Marginale di colonna	16	18	34

X quadro = 0.81. Significatività = 0.665

V di Cramer = 0.15

Nelle celle della tabella sono indicati:

- la frequenza osservata O
- la frequenza attesa A
- il residuo standardizzato di cella, ossia lo scarto tra frequenza osservata e attesa rapportato alla radice quadrata della frequenza attesa $(O-A)/\sqrt{A}$: se superiore a +1,96 vi è attrazione significativa tra le due modalità delle variabili (a livello di fiducia 0,05), se inferiore a -1,96 vi è repulsione significativa tra le modalità delle due variabili



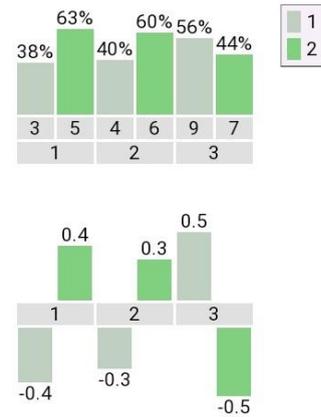
**Tabella a doppia entrata:
Età x Genere**

Genere-> Età	1	2	Marginale di riga
1	3 3.8 -0.4	5 4.2 0.4	8
2	4 4.7 -0.3	6 5.3 0.3	10
3	9 7.5 0.5	7 8.5 -0.5	16
Marginale di colonna	16	18	34

X quadro = 1.04. Significatività = 0.596
V di Cramer = 0.17

Nelle celle della tabella sono indicati:

- la frequenza osservata O
- la frequenza attesa A
- il residuo standardizzato di cella, ossia lo scarto tra frequenza osservata e attesa rapportato alla radice quadrata della frequenza attesa $(O-A)/\sqrt{A}$: se superiore a +1,96 vi è attrazione significativa tra le due modalità delle variabili (a livello di fiducia 0,05), se inferiore a -1,96 vi è repulsione significativa tra le modalità delle due variabili



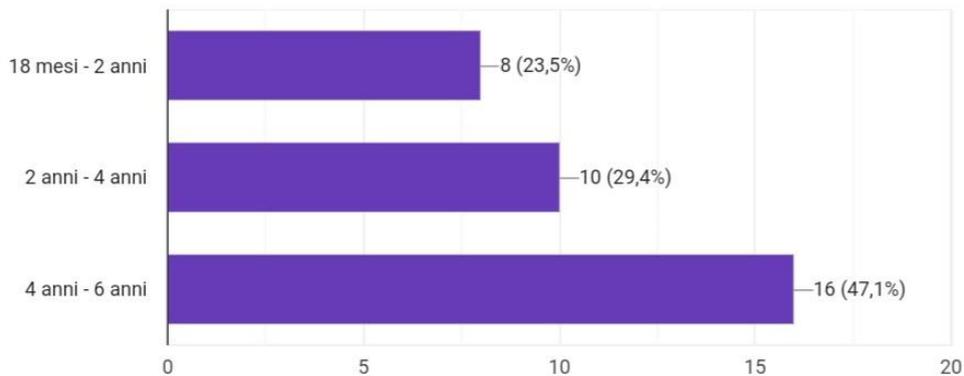
11. CONCLUSIONI

Dall'analisi dei dati è inoltre emerso che:

1

Quanti anni ha il bambino?

34 risposte



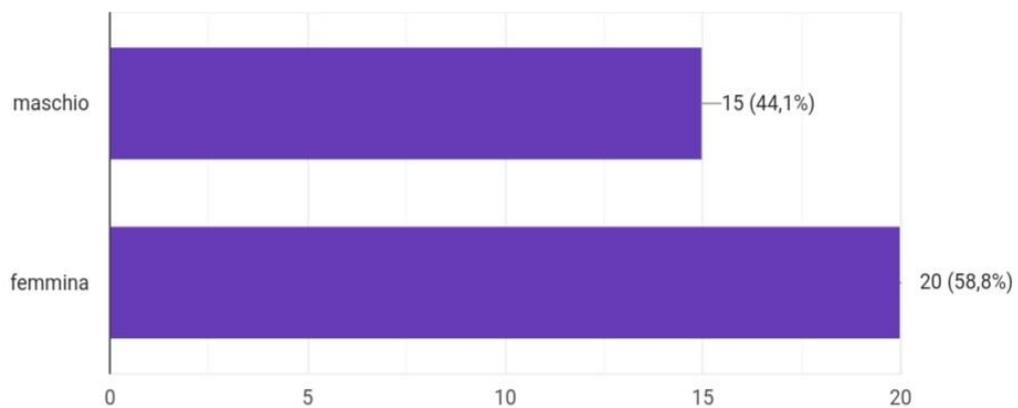
La maggior parte dei bambini presi a campione ha un'età compresa tra i 4 e i 6 anni (47,1%) ma vi è anche una buona percentuale di bimbi più piccoli tra i 18 mesi e i 2 anni (23,5%).

2.

Indica il genere del bambino:

 Copia

34 risposte

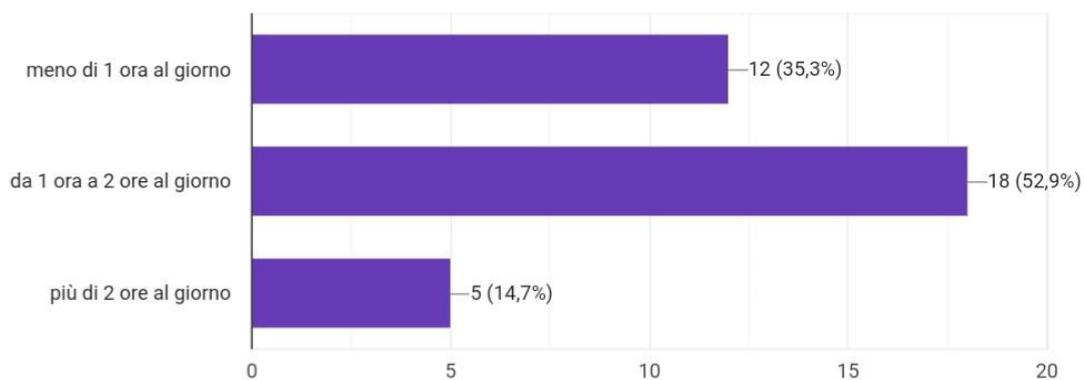


3.

Mediamente quanto tempo al giorno il bambino dedica ai dispositivi elettronici?

 Copia

34 risposte



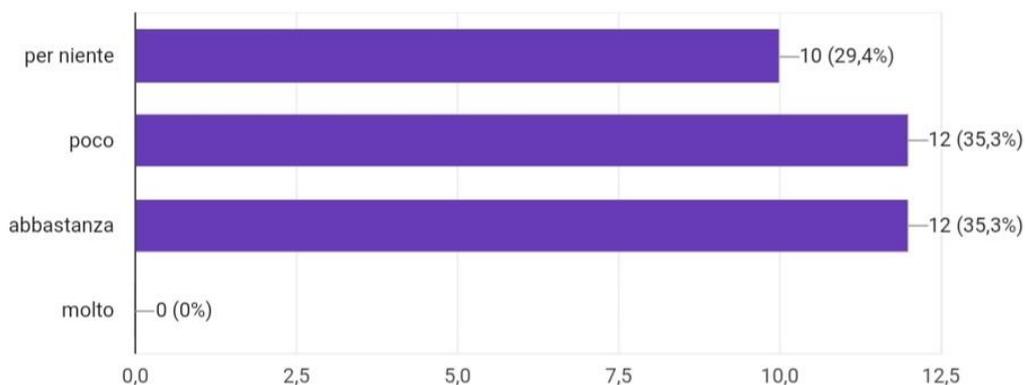
Una buona percentuale di bambini (52,9%) dedica da 1 a 2 ore al giorno ai dispositivi elettronici.

4.



Ritenete che sia comodo utilizzare i dispositivi elettronici per occupare il tempo del bambino?

34 risposte



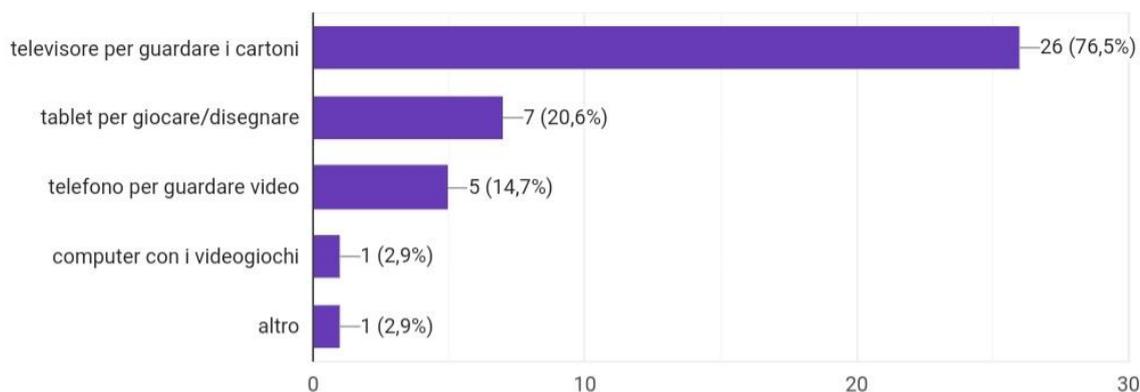
Il 35,3% dei genitori ritengono che sia **ABBASTANZA** comodo utilizzare i dispositivi elettronici per occupare il tempo del bambino.

5.



Quale dispositivo elettronico usa maggiormente?

34 risposte



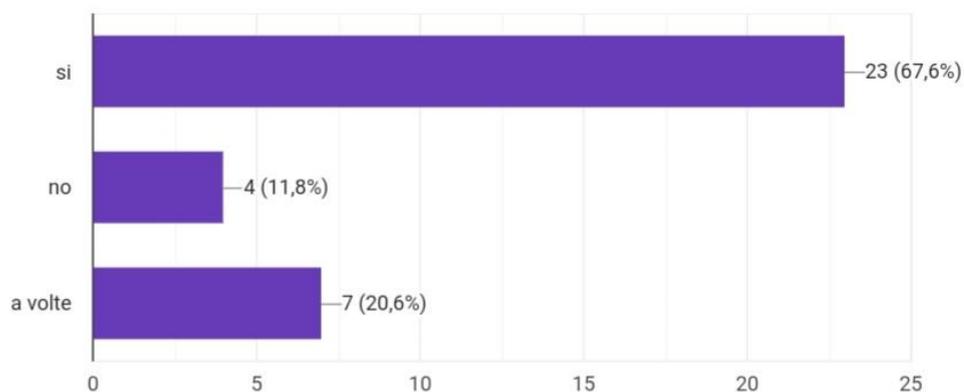
I dispositivi elettronici usati maggiormente dai bambini sono la televisione per guardare i cartoni (una percentuale molto alta 76,5%), il tablet per giocare/disegnare (20,6%) e il telefono per guardare video (14,7%).

6.



Prima di andare a dormire il bambino svolge altre attività che non implicano l'uso di tablet/cellulari?

34 risposte



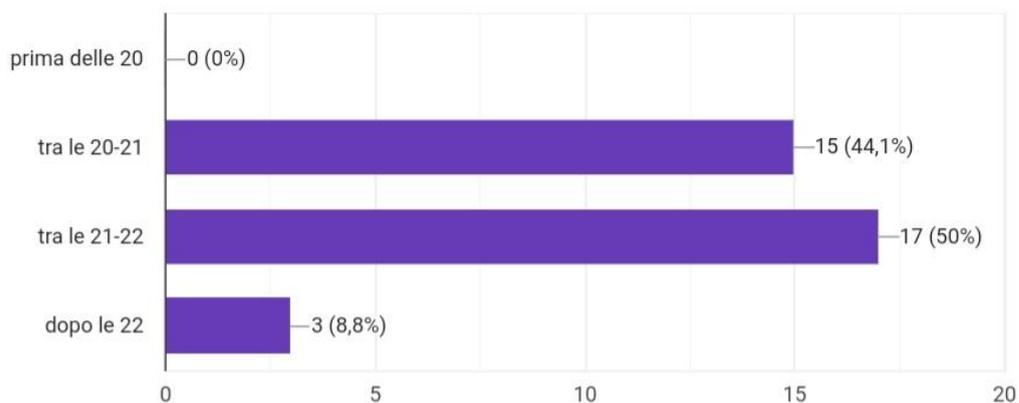
Una buona percentuale di genitori ha risposto affermativamente (67,6%) mentre alcuni hanno risposto con 'a volte' (20,6%).

7.



A che orario il bambino è solito andare a dormire?

34 risposte



Il 50% dei bambini va a dormire tra le 21 e le 22.

Il 44,1% dei bambini va a dormire tra le 20 e le 21.

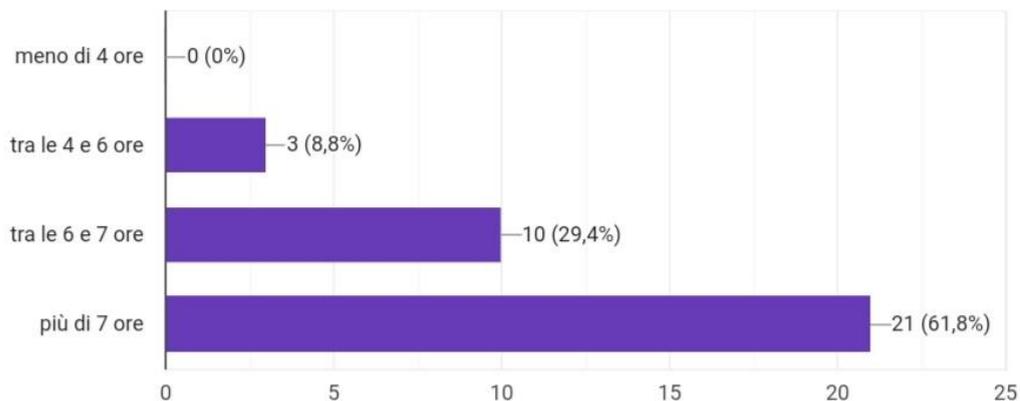
Una piccola percentuale 8,8% di bambini va a dormire dopo le 22.

8.



Quante ore il bambino dorme di notte?

34 risposte



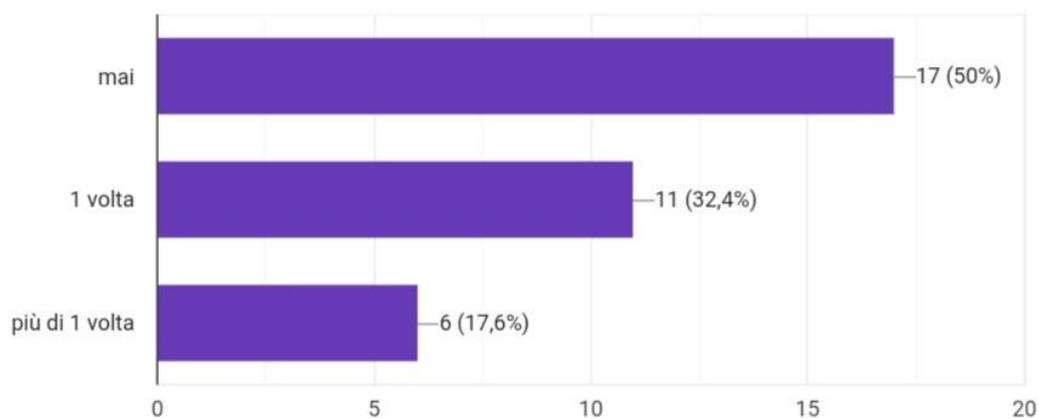
Il 61,8% dei bambini dorme più di 7 ore a notte.

9.



Quante volte il bambino si sveglia di notte?

34 risposte



Il 50% dei bambini NON si sveglia di notte mentre il 32,4% si sveglia 1 volta. Una percentuale più bassa di bambini (17,6%) si sveglia più di 1 volta.

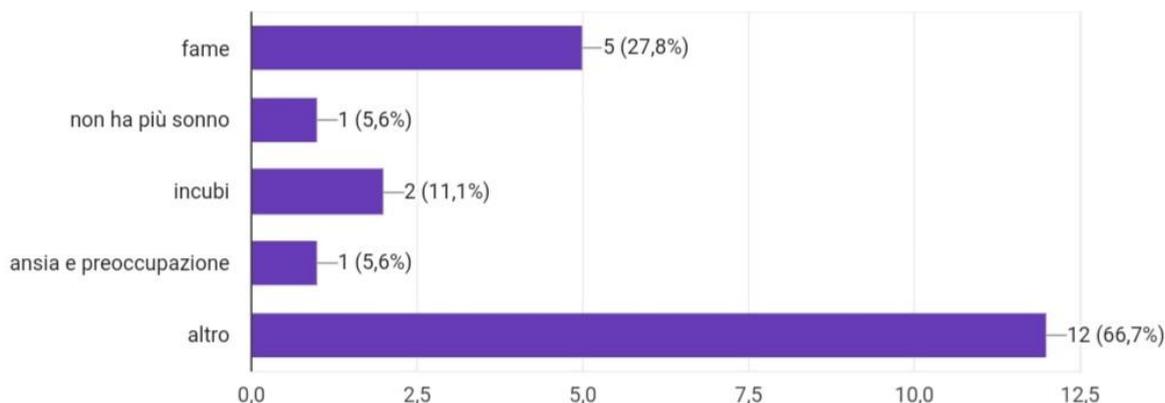
10.

domanda non obbligatoria

Se si è risposto 1 volta o più di 1 volta alla domanda precedente, per quale motivo il bambino si sveglia durante la notte?



18 risposte



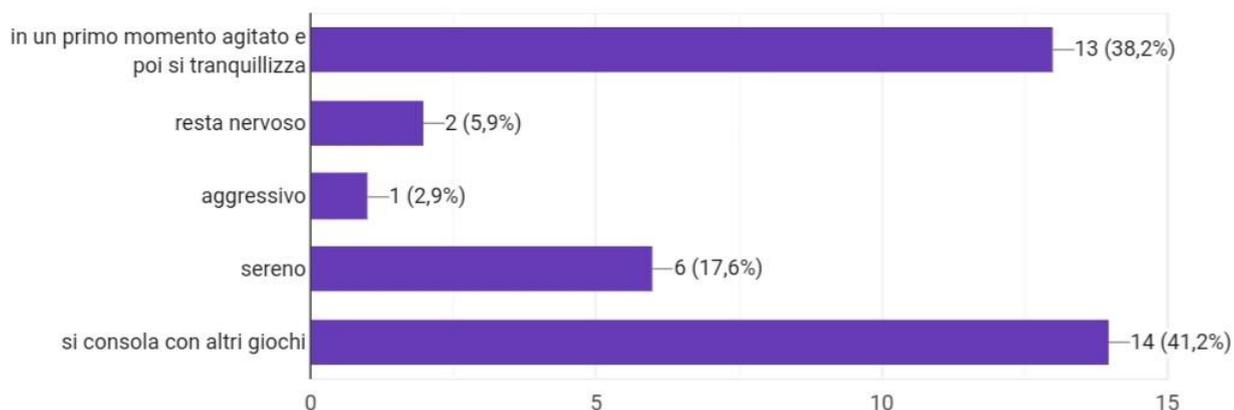
Il 66,7% dei genitori come causa dei risvegli notturni ha segnato 'altro'.
Il 27,8% dei genitori come causa dei risvegli notturni ha segnato fame.
L'11,1% dei genitori come causa dei risvegli notturni ha segnato incubi.

11.

Se al bambino viene tolto il dispositivo, come si mostra?



34 risposte



Il 38,2% dei bambini alla separazione dal dispositivo elettronico si mostra agitato in un primo momento e poi si tranquillizza.

Il 41,2% dei bambini alla separazione dal dispositivo elettronico reagisce consolandosi con altri giochi.

Una piccola percentuale di bambini (5,9%) restano nervosi.

12. RIFLESSIONI SULL'ESPERIENZA DI RICERCA

Il tema della ricerca è nato in seguito ad un episodio a cui abbiamo assistito.

Una mattina, mentre ci trovavamo in una caffetteria della città, abbiamo notato al tavolo a fianco una mamma con due bambini sui 4 anni che facevano colazione. I due non hanno distolto lo sguardo dallo schermo dell' iPad che avevano di fronte nemmeno per un istante.

Al momento di uscire, la mamma ha chiesto ai figli di ritirare e di spegnere il dispositivo. I due bambini hanno avuto due reazioni differenti: uno ha risposto in modo oppositivo, sbattendo i piedi per terra, rifiutandosi di infilare la giacca e di lasciare l'ipad, mentre l'altro ha avuto una crisi di pianto. La mamma ha cercato di consolare i bambini che hanno manifestato due diversi atteggiamenti: quello che piangeva si è rasserenato dopo qualche minuto mentre il comportamento del bambino oppositivo non si è modificato.

Questo episodio ci ha lasciate perplesse, spingendoci ad approfondire l'effetto dell'uso dei dispositivi elettronici sulla prima infanzia.

Il lavoro di gruppo ci ha permesso di sviluppare nuove competenze relazionali. Non è stato semplice poiché ognuno di noi aveva idee, tempistiche e modalità completamente differenti. Per questo, abbiamo dedicato tanto tempo all'ascolto e al confronto in modo da dare a ognuno l'opportunità di esprimere il proprio punto di vista e rendere la ricerca ancora più ricca.

Fondamentali sono state le conoscenze teoriche acquisite durante il corso.

13. BIBLIOGRAFIA e SITOGRAFIA

- Arace A., *Quando i bambini iniziano a...*, Mondadori Università, 2018.
- Ripamonti D., Tosi P., *I momenti di cura nei servizi e nelle scuola per l'infanzia*, edizioni junior, 2010
- Roberto Cubelli, Stefano Vicari "Il Mulino" "Video, tablet e smartphone nei bambini molto piccoli: un ostacolo o una risorsa per lo sviluppo cognitivo e linguistico?".
https://www.unife.it/medicina/educatore-sanitario/minisiti/psicopedagogia-e-tecniche-di-osservazione/materiale-didattico-modulo-1/articoli-per-lavori-di-gruppo/Cubelli%20e%20Vicari-%202016%20-%20Video-%20tablet%20e%20smartphone%20in%20bambini%20piccoli_raccomandazioni%20e%20interventi.pdf
- Tecnologie digitali e bambini, indicazioni per un uso consapevole, a cura di Giorgio Tamburlini e Valeria Balbinot, centro per la salute del bambino Onlus
https://www.medicoebambino.com/index.php?id=1501_31.pdf

- Vidakovic, Jelena (2017) disturbi del sonno in età pediatrica: un problema, tante soluzioni.
- Articolo a cura di: Michele Marangi, INFANZIA E SCHERMI DIGITALI Addomesticare le tecnologie, tratto da Università Cattolica del Sacro Cuore, 2021
- Articolo a cura di: Elena Valgolio, IL RUOLO DEGLI ADULTI: LE TRE A Corresponsabilità educativa nell'educare agli schermi, tratto da Università Cattolica del Sacro Cuore, 2016
- https://www.researchgate.net/profile/Giacomo-Toffol/publication/312129206_Digital_technologies_and_young_children_A_survey_on_their_use_in_the_first_years_of_life/links/5d4d181692851cd046ad38c3/Digital-technologies-and-young-children-A-survey-on-their-use-in-the-first-years-of-life.pdf