



**UNIVERSITÀ
DI TORINO**

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

Anno Accademico 2025/2026

CORSO DI PEDAGOGIA SPERIMENTALE

Prof. Roberto Trincherò

RAPPORTO DI RICERCA EMPIRICA

**“Vi è relazione tra l'attività di lettura serale che le famiglie fanno
con i bambini e la qualità del sonno del bambino?”**

Lavoro di ricerca a cura di:

Agostini Emma – Matricola n. 1181144

Sommario

INTRODUZIONE.....	4
CAPITOLO 1.....	5
1.1 <i>Problema conoscitivo di partenza</i>	5
1.2 <i>Tema</i>	5
1.3 <i>Obbiettivo di ricerca</i>	5
CAPITOLO 2.....	6
2.1 <i>Rielaborazione dell'articolo</i>	6
2.2 <i>Mappa concettuale</i>	9
CAPITOLO 3.....	10
3.1 <i>Ipotesi di lavoro</i>	10
CAPITOLO 4.....	11
.....	11
4.1 <i>Indicatori del fattore indipendente</i>	11
4.2 <i>Indicatori del fattore dipendente</i>	11
CAPITOLO 5.....	12
5.1 <i>Definizione operativa dei fattori</i>	12
5.2 <i>Questionario</i>	14
CAPITOLO 6.....	17
6.1 <i>Popolazione di riferimento</i>	17
6.2 <i>Numerosità del campione</i>	17
6.3 <i>Tipologia di campionamento</i>	17
CAPITOLO 7.....	18
7.1 <i>Strategia di ricerca</i>	18
7.2 <i>Tecniche e strumenti di rilevazione dei dati</i>	18
CAPITOLO 8.....	19
8.1 <i>Piano di raccolta dei dati</i>	19
8.2 <i>Matrice dei dati</i>	20
CAPITOLO 9.....	21
9.1 <i>Analisi dei dati</i>	21
9.2 <i>Analisi bivariata</i>	29
.....	31
9.3 <i>Interpretazione dei dati</i>	31

CAPITOLO 10..... 33
10.1 Autoriflessione sull'esperienza compiuta..... 33

INTRODUZIONE

La ricerca svolta si propone di indagare la possibile relazione tra l'attività di lettura serale che le famiglie fanno con i bambini e la qualità del sonno del bambino.

La routine serale rappresenta un momento significativo nella quotidianità del bambino, caratterizzato da una successione di gesti e rituali che favoriscono il passaggio dalle attività della giornata al riposo notturno. Tra queste abitudini, la lettura condivisa tra genitori e figli assume un ruolo particolarmente rilevante, poiché offre un'occasione di vicinanza affettiva, comunicazione e rilassamento. Durante questo momento, il bambino può vivere un'esperienza di calma e sicurezza che contribuisce a ridurre le tensioni accumulate nel corso della giornata e a prepararsi al sonno.

Numerosi studi hanno evidenziato come la qualità della routine che precede l'addormentamento possa influenzare il benessere del bambino e la qualità del suo sonno. La lettura serale, infatti, non rappresenta soltanto un'attività educativa e di stimolo allo sviluppo linguistico e cognitivo, ma costituisce anche un rituale rassicurante che favorisce la regolazione emotiva e la creazione di un ambiente sereno. Per questo motivo risulta interessante approfondire il rapporto tra la pratica della lettura condivisa in famiglia e la qualità del sonno del bambino, considerando come la costanza di questa abitudine possa incidere positivamente sull'addormentamento, sulla continuità del sonno e, più in generale, sul benessere psicofisico del bambino.

CAPITOLO 1

1.1 Problema conoscitivo di partenza

Vi è relazione tra l'attività di lettura serale che le famiglie fanno con i bambini e la qualità del sonno del bambino?

1.2 Tema

Attività di lettura serale che le famiglie fanno con i bambini e qualità del sonno del bambino

1.3 Obiettivo di ricerca

Stabilire se esiste una relazione tra l'attività di lettura serale che le famiglie fanno con i bambini e la qualità del sonno del bambino

CAPITOLO 2

2.1 Rielaborazione dell'articolo

Autori:

Jodi A. Mindell; Lorena S. Telofski; Benjamin Wiegand; Ellen S. Kurtz.

Titolo dell'articolo scientifico

“A Nightly Bedtime Routine: Impact on Sleep in Young Children and Maternal Mood”

Sito scientifico su cui è pubblicato da Google Scholar:

Oxford Academic: Sleep Research Society

<https://academic.oup.com/sleep/article/32/5/599/2454387?login=true>

Anno di pubblicazione: 05 Novembre 2009

Questo articolo presenta un modello concettuale ed esamina l'evidenza empirica a sostegno di una routine notturna prima di coricarsi come fattore chiave nella promozione non solo di un sonno sano, ma anche di un ampio sviluppo e benessere nella prima infanzia: le componenti di una routine della buonanotte, infatti, possono contribuire anche ad una serie di risultati positivi sullo sviluppo del linguaggio, l'alfabetizzazione, la regolazione emotiva e comportamentale del bambino, l'attaccamento dei genitori e il funzionamento della famiglia. Queste componenti includono attività negli ampi domini della nutrizione (ad esempio alimentazione, spuntini sani), igiene (ad esempio bagno, igiene orale), comunicazione (ad esempio lettura, ninne nanne) e contatto fisico (ad esempio coccole). Lo scopo di questo lavoro è evidenziare il concetto di routine della buonanotte come fattore chiave nella promozione non solo di un

sonno salutare ma, come anticipato precedentemente, anche di un notevole sviluppo e benessere nella prima infanzia.

Ampi domini di attività inclusi nell'articolo citato sono stati selezionati sulla base dei punti in comune riguardo le componenti della routine prima di coricarsi nei diversi contesti culturali. Sono state però escluse le "attività disadattive", come guardare la televisione, usare l'elettronica prima di dormire o una stimolazione eccessiva (ad es. correre in giro), dato che questi tipi di comportamenti sono stati collegati a uno scarso sonno e ad un peggioramento del funzionamento psicosociale e della salute fisica.

Piuttosto le attività di routine dovrebbero essere adattate al singolo bambino e alla famiglia, soprattutto perché se non si adattassero bene al bambino o alla famiglia potrebbero verificarsi conseguenze negative impreviste, come il conflitto tra caregiver e bambino che prolunga l'ora di coricarsi e provoca stress familiare.

La ricerca presa in considerazione ha dimostrato che impegnarsi in una routine prima di coricarsi è particolarmente benefico per molteplici aspetti del sonno: studi trasversali, longitudinali e di intervento, hanno fornito prove solide riportando una serie di esiti positivi del sonno, tra cui un momento di andare a dormire prima, una latenza di insorgenza del sonno ridotta, risvegli notturni diminuiti, aumento della durata del sonno e migliore qualità del sonno segnalata dal caregiver.

Per questo tipo di ricerca ho deciso di analizzare un tipo di attività di routine in particolare: la lettura.

La lettura ad alta voce o la lettura con i bambini (di seguito denominata condivisione di libri tra genitori e figli) è stata collegata allo sviluppo del linguaggio, all'alfabetizzazione e ai risultati cognitivi positivi. Le raccomandazioni per promuovere l'alfabetizzazione precoce e lo sviluppo cognitivo hanno enfatizzato la necessità di interazioni frequenti e di alta qualità intorno alla lettura o al canto che iniziano presto nello sviluppo, al fine di sfruttare l'aumento della neuroplasticità tra 0 e 3 anni.

La ricerca sull'intervento supporta ulteriormente l'importanza della condivisione frequente e precoce dei libri da parte dei genitori per promuovere l'alfabetizzazione e i risultati cognitivi. Ad esempio, il programma Reach Out and Read (ROR), in cui pediatri e altri professionisti della salute forniscono libri gratuiti e una guida preventiva relativa alla condivisione di libri tra genitori e figli,

ha dimostrato che questi sforzi possono aumentare la frequenza di lettura dei genitori e migliorare il linguaggio dei bambini.

La condivisione di libri facilita l'interesse per la lettura e le abilità linguistiche avanzate, che, a loro volta, influenzano il continuo impegno nelle attività di lettura, una maggiore preparazione scolastica e il rendimento scolastico dell'infanzia.

Uno studio su 19 bambini di età compresa tra 2 e 5 anni ha anche scoperto che una maggiore esposizione all'alfabetizzazione domestica può avere un impatto sul cervello in via di sviluppo. Durante l'ascolto di storie, i bambini che hanno avuto una maggiore esposizione alla lettura a casa hanno mostrato livelli più elevati di attivazione cerebrale nelle aree correlate all'elaborazione semantica, suggerendo un meccanismo neurobiologico che collega le attività di lettura precoci a risultati positivi dell'alfabetizzazione infantile.

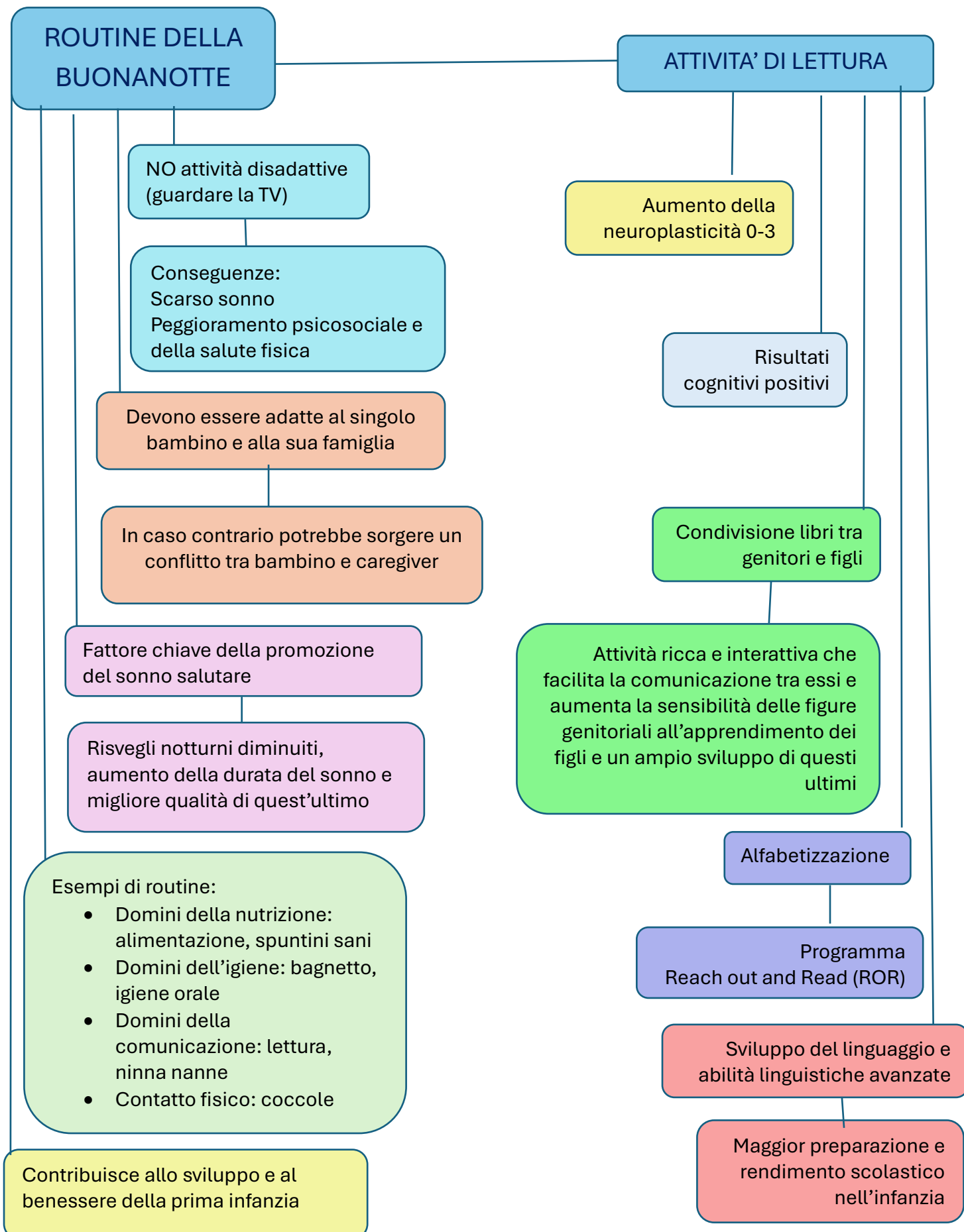
Gli esperti ipotizzano inoltre che la lettura come parte della routine della buonanotte possa promuovere l'attaccamento dei genitori e il funzionamento emotivo-comportamentale del bambino. La condivisione di libri tra genitori e figli è un'attività ricca e interattiva che può facilitare la comunicazione tra di essi e aumentare la sensibilità delle figure genitoriali all'apprendimento dei figli e un ampio progresso dello sviluppo di quest'ultimi.

Allo stesso tempo, i bambini possono acquisire un senso di padronanza e fiducia in sé stessi in relazione alla lettura e all'apprendimento più in generale attraverso queste interazioni positive genitore-figlio attorno ai materiali educativi.

In conclusione, non è chiaro se la lettura stessa promuova il sonno, o meglio se le famiglie che leggono prima di coricarsi possano anche assumere altri comportamenti che hanno un impatto positivo sul sonno, come l'impostazione dell'ora della nanna. Pertanto, sono necessari ulteriori studi sulla lettura dei libri come attività di routine della buonanotte per chiarire se ci sono benefici diretti per il sonno dei bambini.

Inoltre, è anche probabile che la lettura prima di coricarsi possa ridurre il coinvolgimento in attività disadattive, come la visione della televisione e l'uso di apparecchi elettronici che ogni anno sempre di più si infiltrano nelle nostre routine e in quelle dei nostri figli, esse infatti sono state associate a esiti negativi del sonno.

2.2 Mappa concettuale



CAPITOLO 3

3.1 Ipotesi di lavoro

L'ipotesi di partenza della mia ricerca è l'attività di lettura serale che le famiglie fanno con i bambini migliora la qualità del sonno del bambino.

CAPITOLO 4

4.1 Indicatori del fattore indipendente

L'attività di lettura serale che le famiglie fanno con i bambini nella presente ipotesi di ricerca è il fattore indipendente, la qualità del sonno del bambino invece è il fattore dipendente.

4.2 Indicatori del fattore dipendente

Tra i due fattori esiste una relazione unidirezionale, ovvero le variazioni di A, in questo caso l'attività di lettura serale che le famiglie fanno con i bambini, coincidono con le variazioni di B, in questo caso la qualità del sonno del bambino, ma non viceversa. Inoltre, il fattore indipendente in questo caso è direttamente rilevabile. Il fattore dipendente, invece, essendo frutto di una percezione del soggetto, non è direttamente rilevabile e quindi misurabile oggettivamente.

CAPITOLO 5

5.1 Definizione operativa dei fattori

FATTORE INDIPENDENTE: Attività di lettura serale che le famiglie fanno con i bambini		
INDICATORI	ITEM DI RILEVAZIONE	VARIABILI
IFI1: Presenza dell'attività di lettura serale in famiglia	Di sera leggete al vostro bambino prima di andare a dormire?	<input type="checkbox"/> Sì <input type="checkbox"/> No
IFI2: Frequenza settimanale dell'attività di lettura serale in famiglia	Mediamente quante volte a settimana viene svolta l'attività di lettura serale in famiglia?	<input type="checkbox"/> 1 volta <input type="checkbox"/> 2 volte <input type="checkbox"/> 3 volte <input type="checkbox"/> Più di 3 volte
IFI3: Tipologia di libri letti durante l'attività serale in famiglia	Quale genere di libro viene prevalentemente letto?	<input type="checkbox"/> Fiabe/favole <input type="checkbox"/> Storie illustrate <input type="checkbox"/> Libri sonori <input type="checkbox"/> Libri pop-up
IFI4: Scelta del libro da leggere	Chi sceglie quale libro leggere?	<input type="checkbox"/> Il bambino <input type="checkbox"/> La mamma/il papà <input type="checkbox"/> Entrambi
IFI5: Luogo di svolgimento dell'attività di lettura serale in famiglia	Dove viene svolta l'attività di lettura serale? (se hai risposto "altro" specifica il luogo)	<input type="checkbox"/> Cameretta del bambino <input type="checkbox"/> Camera dei genitori <input type="checkbox"/> Salone <input type="checkbox"/> Altro
IFI6: Durata dell'attività di lettura serale in famiglia	Per quanto tempo si legge?	<input type="checkbox"/> 5 minuti <input type="checkbox"/> 10 minuti <input type="checkbox"/> 15 minuti <input type="checkbox"/> Più di 15 minuti
IFI7: Richiesta della lettura da parte del bambino	È il bambino a chiedere la lettura del libro?	<input type="checkbox"/> Sì <input type="checkbox"/> No

FATTORE DIPENDENTE: Qualità del sonno del bambino		
INDICATORI	ITEM DI RILEVAZIONE	VARIABILI
IFD1: Orario in cui il bambino viene messo a letto	A che ora viene messo a letto il bambino di solito?	<input type="checkbox"/> Prima delle 21:00 <input type="checkbox"/> Tra le 21:00 e le 21:30 <input type="checkbox"/> Tra le 21:30 e le 22:00 <input type="checkbox"/> Dopo le 22:00
IFD2: Durata del sonno del bambino	Quante ore a notte dorme il bambino?	<input type="checkbox"/> 3-4 ore <input type="checkbox"/> 5-6 ore <input type="checkbox"/> 7-8 ore <input type="checkbox"/> Più di 8 ore
IFD3: Frequenza di risvegli notturni del bambino	Quante volte si sveglia il bambino durante la notte?	<input type="checkbox"/> Mai <input type="checkbox"/> 1-2 volte <input type="checkbox"/> 3-4 volte <input type="checkbox"/> Più di 4 volte
IFD4: Motivazione dei risvegli notturni	Qual è il motivo per cui il bambino si sveglia durante la notte? (Se hai risposto "mai" alla domanda precedente NON rispondere)	<input type="checkbox"/> Bisogni fisiologici <input type="checkbox"/> Sogni/incubi <input type="checkbox"/> Perdita del ciuccio <input type="checkbox"/> Non ha più sonno
IFD5: Tempo impiegato a riaddormentarsi dopo un risveglio notturno	Quanto tempo impiega il bambino a riaddormentarsi dopo essersi svegliato?	<input type="checkbox"/> Meno di 10 minuti <input type="checkbox"/> 10-15 minuti <input type="checkbox"/> 15-30 minuti <input type="checkbox"/> Più di 30 minuti
IFD6: Modalità di risveglio al mattino del bambino	Come si sveglia il bambino?	<input type="checkbox"/> Da solo <input type="checkbox"/> Con l'aiuto di mamma/papà

5.2 Questionario

QUESTIONARIO PER UN PROGETTO DI RICERCA EDUCATIVA

Buongiorno, sono una studentessa del corso di Laurea in Scienze dell'Educazione dell'Università di Torino. Il seguente questionario, completamente anonimo, mi servirà per un progetto di ricerca educativa per il corso di Pedagogia Sperimentale. L'indagine ha come obiettivo quello di capire se esiste una relazione tra l'attività di lettura serale che le famiglie fanno con i bambini e la qualità del sonno del bambino.

Età del bambino:

- 24-36 mesi
- 36-48 mesi

Genere del bambino:

- Maschio
- Femmina

ATTIVITA' DI LETTURA SERALE CHE LE FAMIGLIE FANNO CON I BAMBINI

Di sera leggete al vostro bambino prima di andare a dormire?

- Sì
- No

Mediamente quante volte viene svolta l'attività di lettura serale in famiglia?

- 1 volta
- 2 volte
- 3 volte
- Più di 3 volte

Quale genere di libro viene letto prevalentemente?

- Fiabe/favole
- Libri illustrati
- Libri pop-up
- Libri sonori

Chi sceglie quale libro leggere?

- Il bambino
- Mamma/papà
- Entrambi

Dove viene svolta l'attività di lettura serale? (Se avviene in un altro luogo specificare in "altro")

- Camera del bambino
- Camera dei genitori
- Salotto
- Altro

Per quanto tempo si legge?

- 5 minuti
- 10 minuti
- 15 minuti
- Più di 15 minuti

È il bambino che richiede la lettura?

- Sì
- No

QUALITA' DEL SONNO DEL BAMBINO

A che ora viene messo a letto il bambino di solito?

- Prima delle 21:00
- Tra le 21:00-21:30
- Tra le 21:30-22:00
- Dopo le 22:00

Quante ore a notte dorme il bambino?

- 3-4 ore
- 5-6 ore
- 7-8 ore
- Più di 8 ore

Quante volte si sveglia il bambino di notte?

- Mai
- 1-2 volte
- 3-4 volte
- Più di 4 volte

Qual è il motivo per cui il bambino si sveglia durante la notte?

- Bisogni fisiologici
- Sogni/incubi
- Perdita del ciuccio
- Non ha più sonno

Quanto tempo impiega il bambino a riaddormentarsi dopo essersi svegliato?

- Meno di 10 minuti
- 10-15 minuti
- 15-30 minuti
- Più di 30 minuti

Come si sveglia il bambino?

- Da solo
- Con mamma e papà

CAPITOLO 6

6.1 Popolazione di riferimento

La popolazione di riferimento è costituita da bambini di fascia d'età 24-48 mesi del Comune di Casale Monferrato.

6.2 Numerosità del campione

Il numero di soggetti necessari per il campionamento scelto deve essere di almeno 40 soggetti poiché è una ricerca standard che opera in estensione, infatti: il campione è formato da 40 soggetti.

6.3 Tipologia di campionamento

Per questa ricerca ricorro ad un campionamento di tipo non probabilistico: i soggetti della popolazione entrano a far parte del campione sulla base di esigenze di tempo ed economicità. Il campionamento non probabilistico non richiede infatti un elenco dei soggetti presenti nella popolazione, quindi è sempre fattibile.

CAPITOLO 7

7.1 Strategia di ricerca

Come strategia di ricerca, ho utilizzato la ricerca standard, che si basa sulla matrice dei dati e su valori statistici, per verificare la presenza o l'assenza di una relazione tra i fattori della mia ricerca.

7.2 Tecniche e strumenti di rilevazione dei dati

Per questo tipo di ricerca ho utilizzato un questionario cartaceo auto compilato, che ha lo scopo di rilevare dei dati ad alta strutturazione. Il questionario è composto da 15 domande di cui: 2 relative ai fattori moderatori, 6 relativi al fattore dipendente e 7 relative al fattore indipendente.

Le opzioni di risposta alle domande del questionario sono:

- a risposta chiusa con più opzioni di scelta oppure binarie (per es: sì, no);
- a scelta multipla con opzioni di scelta chiuse oppure con possibilità di inserire del testo libero nel caso di opzioni di scelta insufficienti;

CAPITOLO 8

8.1 Piano di raccolta dei dati

Il questionario è stato consegnato a persone con bambini di fascia d'età 24-48 mesi. Non sono stati coinvolti altri soggetti oltre a quelli che hanno preso parte alla compilazione del questionario auto compilato. Inoltre come già espresso il questionario è in forma anonima, e i dati raccolti servono a scopo statistico.

Per contattare i diversi nidi è stata inviata loro un'e-mail, reperita attraverso i rispettivi siti web, con la quale si chiedeva la disponibilità a collaborare e a partecipare alla ricerca educativa. Successivamente ho realizzato una breve presentazione finalizzata a illustrare gli obiettivi della ricerca, il contenuto del questionario, i destinatari e lo scopo delle risposte ottenute.

Per la rilevazione dei dati sono state coinvolte le coordinatrici dei servizi educativi scelti, alle quali è stato affidato il compito di informare le educatrici delle diverse sezioni riguardo alle finalità dei questionari e alle modalità di distribuzione per le famiglie.

Una volta raccolti, i dati sono stati inseriti in un foglio Excel per la costruzione della matrice dei dati.

8.2 Matrice dei dati

soggetto	v1	v2	v3	v4	v5	v6	v7	v8	v9	v10	v11	v12	v13	v14	v15
s01	2	f	1	4	1	1	1	3	1	4	2	2	2	3	2
s02	1	m	1	3	2	2	1	2	2	1	2	1	3	2	1
s03	2	f	2	2	3	3	3	4	2	3	3	3	2	3	2
s04	1	m	1	1	2	1	1	1	1	2	2	1	1	2	2
s05	2	f	1	4	2	2	2	4	1	3	4	3	2	3	1
s06	1	m	1	2	1	3	2	3	1	4	2	2	3	2	2
s07	2	f	1	3	1	3	3	4	2	3	3	3	3	1	2
s08	1	m	2	4	2	2	2	3	3	2	3	2	2	2	1
s09	2	f	1	4	1	3	1	4	1	3	4	2	2	2	2
s10	1	m	1	2	2	1	1	2	2	3	2	1	3	1	2
s11	2	f	2	3	1	2	3	3	2	2	4	3	1	2	2
s12	1	m	1	2	2	1	2	3	1	1	2	1	2	1	2
s13	2	f	1	3	3	3	2	4	3	4	2	2	3	3	1
s14	1	m	1	1	2	2	1	2	1	2	3	1	2	1	2
s15	2	f	1	3	3	4	1	4	2	4	4	3	1	2	2
s16	1	m	1	2	1	3	2	3	1	3	3	2	1	2	2
s17	2	f	1	4	1	2	3	3	2	2	2	1	2	3	1
s18	1	m	2	3	2	1	2	2	1	1	4	3	2	1	2
s19	2	f	1	4	3	3	1	3	2	4	4	2	3	3	1
s20	1	m	1	2	2	2	2	3	2	3	3	3	1	2	2
s21	2	f	1	3	1	3	3	3	2	2	4	2	2	3	1
s22	1	m	1	1	1	2	1	2	2	1	2	1	1	2	1
s23	2	f	2	3	2	2	2	4	3	3	3	1	2	1	2
s24	1	m	1	2	2	3	2	2	1	2	3	2	2	1	2
s25	2	f	1	4	2	1	1	3	2	3	3	3	1	2	2
s26	1	m	1	2	1	1	1	3	1	3	2	2	3	2	2
s27	2	f	2	3	1	4	3	3	2	4	2	1	2	2	1
s28	1	m	1	3	2	2	2	2	2	2	1	1	1	2	2
s29	2	f	1	4	1	3	2	3	2	3	4	2	3	3	2
s30	1	m	2	3	2	3	1	2	1	2	3	1	1	2	2
s31	2	f	1	3	3	2	3	4	3	4	4	2	2	1	1
s32	1	m	1	2	2	1	2	3	2	1	2	1	1	2	2
s33	2	f	1	3	2	3	1	3	2	3	3	3	2	1	2
s34	1	m	1	2	1	3	2	3	1	4	3	2	1	2	2
s35	2	f	2	4	2	3	3	4	2	4	4	2	1	3	2
s36	1	m	1	3	1	1	2	2	2	3	2	1	2	2	1
s37	2	f	1	4	1	4	1	3	1	3	2	1	1	2	2
s38	1	m	1	2	2	2	2	2	2	4	3	2	1	2	2
s39	2	f	1	3	3	3	2	4	2	2	4	2	1	1	2
s40	1	m	2	1	2	2	1	3	1	3	4	1	1	2	1

CAPITOLO 9

9.1 *Analisi dei dati*

Una volta raccolti i dati su un foglio Excel (matrice dati) li ho analizzati con un programma statistico denominato JsStat.

L'analisi statistica dei dati prevede due tipologie di analisi: monovariata e bivariata.

Ho iniziato con l'analisi monovariata, che ha permesso di analizzare statisticamente ogni singola variabile. Ma la dimostrazione che fra i due fattori del problema vi sia effettivamente una relazione significativa la potrà dare solo l'analisi bivariata. A tal proposito, trattandosi di due variabili categoriali, il programma statistico mi ha restituito una tabella a doppia entrata e un indice di forza che confermerà o meno la mia ipotesi di partenza. L'analisi bivariata incrocerà tutte le variabili del fattore indipendente con tutte le variabili del fattore dipendente (a coppie). In base al valore dell'indice di forza che verrà restituito da JsStat potrò concludere se esista o meno una relazione significativa fra il fattore indipendente (attività di lettura serale che le famiglie fanno con i bambini) e quello dipendente (qualità del sonno del bambino).

Con l'analisi monovariata dei singoli fattori ho ottenuto gli indici di tendenza centrale di ogni singola domanda. Ovvero:

- La *media (aritmetica)* è data dalla somma dei valori corrispondenti a ciascun caso divisa per il numero dei casi;
- La *mediana* è il punto che lascia alla sua sinistra e alla sua destra lo stesso numero di casi;
- La *moda* ossia la categoria con la frequenza più alta.

Ho poi ottenuto gli indici di dispersione:

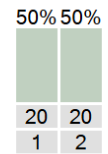
- *Squilibrio*: somma delle proporzioni al quadrato per ciascuna modalità della variabile
- *Campo di variazione*: distanza tra valore minimo e valore massimo
- *Differenza interquartilica*
- *Scarto tipo*: radice della somma delle differenze di ciascun valore rispetto alla media elevate al quadrato e rapportate al numero dei casi

V1: Età

Distribuzione di frequenza:

v1

Modalità	Frequenza semplice	Percent. semplice	Frequenza cumulata	Percent. cumulata	Int. Fid. 95%
1	20	50%	20	50%	35%:65%
2	20	50%	40	100%	35%:65%



v1

Campione:

Numero di casi= 40

Indici di tendenza centrale:

Moda = 1; 2

Mediana = tra 1 e 2

Media = 1,5

Indici di dispersione:

Squilibrio = 0.5

Campo di variazione = 1

Differenza interquartilica = 1

Scarto tipo = 0.5

Indici di forma:

Asimmetria = 0

Curtosi = -2

Popolazione:

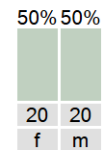
Parametro	Int. Fid. 95%
Media	da 1.35 a 1.65
Scarto tipo	da 0.41 a 0.64

V2: Genere

Distribuzione di frequenza:

v2

Modalità	Frequenza semplice	Percent. semplice	Frequenza cumulata	Percent. cumulata	Int. Fid. 95%
f	20	50%	20	50%	35%:65%
m	20	50%	40	100%	35%:65%



v2

Campione:

Numero di casi= 40

Indici di tendenza centrale:

Moda = f; m

Mediana = tra f e m

Indici di dispersione:

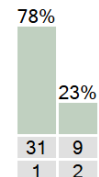
Squilibrio = 0.5

V3: Presenza dell'attività di lettura serale in famiglia

Distribuzione di frequenza:

v3

Modalità	Frequenza semplice	Percent. semplice	Frequenza cumulata	Percent. cumulata	Int. Fid. 95%
1	31	78%	31	78%	65%:90%
2	9	23%	40	100%	10%:35%



v3

Campione:

Numero di casi= 40

Indici di tendenza centrale:

Moda = 1

Mediana = 1

Media = 1.23

Indici di dispersione:

Squilibrio = 0.65

Campo di variazione = 1

Differenza interquartilica = 0

Scarto tipo = 0.42

Indici di forma:

Asimmetria = 1.32

Curtosi = -0.27

Popolazione:

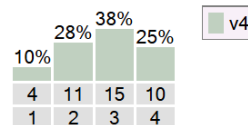
Parametro	Int. Fid. 95%
Media	da 1.1 a 1.35
Scarto tipo	da 0.34 a 0.54

V4: frequenza settimanale dell'attività di lettura serale in famiglia

Distribuzione di frequenza:

v4

Modalità	Frequenza semplice	Percent. semplice	Frequenza cumulata	Percent. cumulata	Int. Fid. 95%
1	4	10%	4	10%	1%-19%
2	11	28%	15	38%	14%-41%
3	15	38%	30	75%	22%-53%
4	10	25%	40	100%	12%-38%



Campione:

Numero di casi= 40

Indici di tendenza centrale:

Moda = 3

Mediana = 3

Media = 2.78

Indici di dispersione:

Squilibrio = 0.29

Campo di variazione = 3

Differenza interquartilica = 2

Scarto tipo = 0.94

Indici di forma:

Asimmetria = -0.27

Curtosi = -0.83

Popolazione:

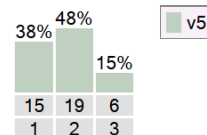
Parametro	Int. Fid. 95%
Media	da 2.49 a 3.06
Scarto tipo	da 0.77 a 1.2

V5: tipologia di libri letti durante l'attività serale in famiglia

Distribuzione di frequenza:

v5

Modalità	Frequenza semplice	Percent. semplice	Frequenza cumulata	Percent. cumulata	Int. Fid. 95%
1	15	38%	15	38%	22%-53%
2	19	48%	34	85%	32%-63%
3	6	15%	40	100%	4%-26%



Campione:

Numero di casi= 40

Indici di tendenza centrale:

Moda = 2

Mediana = 2

Media = 1.78

Indici di dispersione:

Squilibrio = 0.39

Campo di variazione = 2

Differenza interquartilica = 1

Scarto tipo = 0.69

Indici di forma:

Asimmetria = 0.33

Curtosi = -0.89

Popolazione:

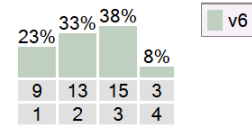
Parametro	Int. Fid. 95%
Media	da 1.56 a 1.99
Scarto tipo	da 0.56 a 0.88

V6: scelta del libro da leggere

Distribuzione di frequenza:

v6

Modalità	Frequenza semplice	Percent. semplice	Frequenza cumulata	Percent. cumulata	Int. Fid. 95%
1	9	23%	9	23%	10%-35%
2	13	33%	22	55%	18%-47%
3	15	38%	37	93%	22%-53%
4	3	8%	40	100%	0%-16%



Campione:

Numero di casi= 40

Indici di tendenza centrale:

Moda = 3

Mediana = 2

Media = 2.3

Indici di dispersione:

Squilibrio = 0.3

Campo di variazione = 3

Differenza interquartilica = 1

Scarto tipo = 0.9

Indici di forma:

Asimmetria = -0.01

Curtosi = -0.92

Popolazione:

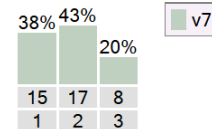
Parametro	Int. Fid. 95%
Media	da 2.02 a 2.58
Scarto tipo	da 0.74 a 1.16

V7: luogo di svolgimento dell'attività di lettura serale in famiglia

Distribuzione di frequenza:

v7

Modalità	Frequenza semplice	Percent. semplice	Frequenza cumulata	Percent. cumulata	Int. Fid. 95%
1	15	38%	15	38%	22%-53%
2	17	43%	32	80%	27%-58%
3	8	20%	40	100%	8%-32%



Campione:

Numero di casi= 40

Indici di tendenza centrale:

Moda = 2

Mediana = 2

Media = 1.83

Indici di dispersione:

Squilibrio = 0.36

Campo di variazione = 2

Differenza interquartilica = 1

Scarto tipo = 0.74

Indici di forma:

Asimmetria = 0.29

Curtosi = -1.13

Popolazione:

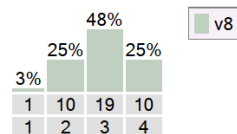
Parametro	Int. Fid. 95%
Media	da 1.6 a 2.05
Scarto tipo	da 0.6 a 0.95

V8: durata dell'attività di lettura serale in famiglia

Distribuzione di frequenza:

v8

Modalità	Frequenza semplice	Percent. semplice	Frequenza cumulata	Percent. cumulata	Int. Fid. 95%
1	1	3%	1	3%	0%:10%
2	10	25%	11	28%	12%:38%
3	19	48%	30	75%	32%:63%
4	10	25%	40	100%	12%:38%



Campione:

Numero di casi= 40

Indici di tendenza centrale:

Moda = 3

Mediana = 3

Media = 2.95

Indici di dispersione:

Squilibrio = 0.35

Campo di variazione = 3

Differenza interquartilica = 2

Scarto tipo = 0.77

Indici di forma:

Asimmetria = -0.24

Curtosi = -0.57

Popolazione:

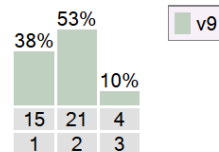
Parametro	Int. Fid. 95%
Media	da 2.71 a 3.19
Scarto tipo	da 0.63 a 0.99

V9: richiesta della lettura da parte del bambino

Distribuzione di frequenza:

v9

Modalità	Frequenza semplice	Percent. semplice	Frequenza cumulata	Percent. cumulata	Int. Fid. 95%
1	15	38%	15	38%	22%:53%
2	21	53%	36	90%	37%:68%
3	4	10%	40	100%	1%:19%



Campione:

Numero di casi= 40

Indici di tendenza centrale:

Moda = 2

Mediana = 2

Media = 1.73

Indici di dispersione:

Squilibrio = 0.43

Campo di variazione = 2

Differenza interquartilica = 1

Scarto tipo = 0.63

Indici di forma:

Asimmetria = 0.3

Curtosi = -0.67

Popolazione:

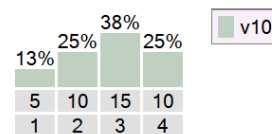
Parametro	Int. Fid. 95%
Media	da 1.53 a 1.92
Scarto tipo	da 0.52 a 0.81

V10: orario in cui il bambino viene messo a letto

Distribuzione di frequenza:

v10

Modalità	Frequenza semplice	Percent. semplice	Frequenza cumulata	Percent. cumulata	Int. Fid. 95%
1	5	13%	5	13%	2%:23%
2	10	25%	15	38%	12%:38%
3	15	38%	30	75%	22%:53%
4	10	25%	40	100%	12%:38%



Campione:

Numero di casi= 40

Indici di tendenza centrale:

Moda = 3

Mediana = 3

Media = 2.75

Indici di dispersione:

Squilibrio = 0.28

Campo di variazione = 3

Differenza interquartilica = 2

Scarto tipo = 0.97

Indici di forma:

Asimmetria = -0.31

Curtosi = -0.88

Popolazione:

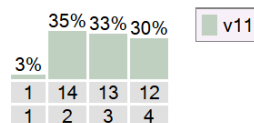
Parametro	Int. Fid. 95%
Media	da 2.45 a 3.05
Scarto tipo	da 0.79 a 1.24

V11: durata del sonno del bambino

Distribuzione di frequenza:

v11

Modalità	Frequenza semplice	Percent. semplice	Frequenza cumulata	Percent. cumulata	Int. Fid. 95%
1	1	3%	1	3%	0%:10%
2	14	35%	15	38%	20%:50%
3	13	33%	28	70%	18%:47%
4	12	30%	40	100%	16%:44%



Campione:

Numero di casi= 40

Indici di tendenza centrale:

Moda = 2

Mediana = 3

Media = 2.9

Indici di dispersione:

Squilibrio = 0.32

Campo di variazione = 3

Differenza interquartilica = 2

Scarto tipo = 0.86

Indici di forma:

Asimmetria = -0.04

Curtosi = -1.18

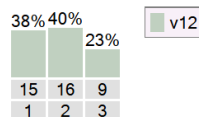
Popolazione:

Parametro	Int. Fid. 95%
Media	da 2.63 a 3.17
Scarto tipo	da 0.7 a 1.1

V12: frequenza risvegli notturni del bambino

Distribuzione di frequenza: v12

Modalità	Frequenza semplice	Percent. semplice	Frequenza cumulata	Percent. cumulata	Int. Fid. 95%
1	15	38%	15	38%	22%-53%
2	16	40%	31	78%	25%-55%
3	9	23%	40	100%	10%-35%



Campione:

Numero di casi= 40

Indici di tendenza centrale:

Moda = 2

Mediana = 2

Media = 1,85

Indici di dispersione:

Squilibrio = 0.35

Campo di variazione = 2

Differenza interquartilica = 1

Scarto tipo = 0.76

Indici di forma:

Asimmetria = 0.26

Curtosi = -1.23

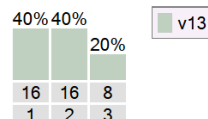
Popolazione:

Parametro	Int. Fid. 95%
Media	da 1.61 a 2.09
Scarto tipo	da 0.62 a 0.98

V13: motivazione risvegli notturni

Distribuzione di frequenza: v13

Modalità	Frequenza semplice	Percent. semplice	Frequenza cumulata	Percent. cumulata	Int. Fid. 95%
1	16	40%	16	40%	25%-55%
2	16	40%	32	80%	25%-55%
3	8	20%	40	100%	8%-32%



Campione:

Numero di casi= 40

Indici di tendenza centrale:

Moda = 1; 2

Mediana = 2

Media = 1.8

Indici di dispersione:

Squilibrio = 0.36

Campo di variazione = 2

Differenza interquartilica = 1

Scarto tipo = 0.75

Indici di forma:

Asimmetria = 0.34

Curtosi = -1.15

Popolazione:

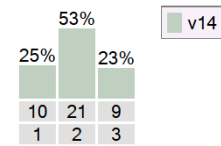
Parametro	Int. Fid. 95%
Media	da 1.57 a 2.03
Scarto tipo	da 0.61 a 0.96

V14: tempo impiegato a riaddormentarsi dopo un risveglio notturno

Distribuzione di frequenza:

v14

Modalità	Frequenza semplice	Percent. semplice	Frequenza cumulata	Percent. cumulata	Int. Fid. 95%
1	10	25%	10	25%	12%-38%
2	21	53%	31	78%	37%-68%
3	9	23%	40	100%	10%-35%



Campione:

Numero di casi= 40

Indici di tendenza centrale:

Moda = 2

Mediana = 2

Media = 1.98

Indici di dispersione:

Squilibrio = 0.39

Campo di variazione = 2

Differenza interquartilica = 0

Scarto tipo = 0.69

Indici di forma:

Asimmetria = 0.03

Curtosi = -0.89

Popolazione:

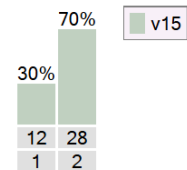
Parametro	Int. Fid. 95%
Media	da 1.76 a 2.19
Scarto tipo	da 0.56 a 0.88

V15: modalità di risveglio al mattino del bambino

Distribuzione di frequenza:

v15

Modalità	Frequenza semplice	Percent. semplice	Frequenza cumulata	Percent. cumulata	Int. Fid. 95%
1	12	30%	12	30%	16%-44%
2	28	70%	40	100%	56%-84%



Campione:

Numero di casi= 40

Indici di tendenza centrale:

Moda = 2

Mediana = 2

Media = 1.7

Indici di dispersione:

Squilibrio = 0.58

Campo di variazione = 1

Differenza interquartilica = 1

Scarto tipo = 0.46

Indici di forma:

Asimmetria = -0.87

Curtosi = -1.24

Popolazione:

Parametro	Int. Fid. 95%
Media	da 1.56 a 1.84
Scarto tipo	da 0.38 a 0.59

9.2 Analisi bivariata

Conclusa l'analisi monovariata che mi ha permesso di descrivere il campione su cui ho lavorato, sono passata all'analisi bivariata per controllare le ipotesi formulate a seguito della costruzione del quadro teorico.

Questo tipo di analisi prevede che venga controllata la presenza di una relazione significativa (con valore di significatività minore di 0,05), ossia non imputabile al caso, incrociando ciascuna variabile generata dal fattore indipendente con ciascuna variabile generata dal fattore dipendente. Queste saranno delle conferme o delle confutazioni per le mie ipotesi.

Come analisi bivariata ho utilizzato la tabella a doppia entrata poiché le variabili sono categoriali (ordinate e non). Attraverso questa analisi otterremo l'X quadro e la significatività.

Dopo aver eseguito gli incroci tra tutte le variabili indipendenti e dipendenti, di seguito riportiamo le relazioni più significative per la ricerca.

“Di sera leggete al vostro bambino prima di andare a dormire?” v(3)

“Quante ore a notte dorme il bambino?” v(11)

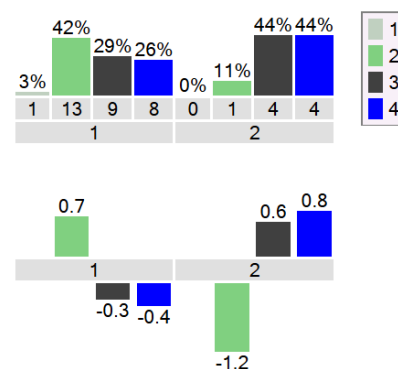
Tabella a doppia entrata:
v3 x v11

v11-> v3	1	2	3	4	Marginale di riga
1	1 <i>0.8</i> -	13 <i>10.9</i> 0.7	9 <i>10.1</i> -0.3	8 <i>9.3</i> -0.4	31
2	0 <i>0.2</i> -	1 <i>3.2</i> -1.2	4 <i>2.9</i> 0.6	4 <i>2.7</i> 0.8	9
Marginale di colonna	1	14	13	12	40

Il valore di X quadro non è significativo dato che vi sono frequenze attese minori di 1. Fare riferimento ai residui standardizzati.

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



“Mediamente quante volte a settimana viene svolta l’attività di lettura serale in famiglia?” v(4)

“Quante volte si sveglia il bambino durante la notte?” v(12)

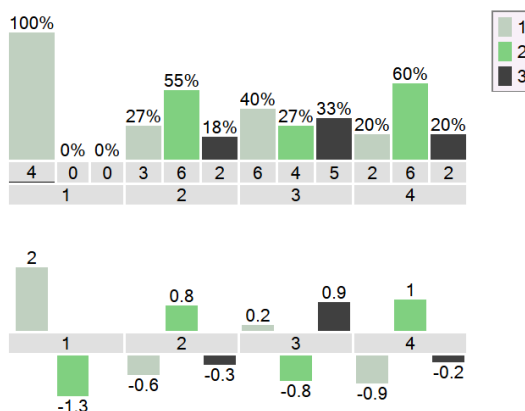
Tabella a doppia entrata:
v4 x v12

v12-> v4	1	2	3	Marginale di riga
1	4 1.5 2	0 1.6 -	0 0.9 -	4
2	3 4.1 -0.6	6 4.4 0.8	2 2.5 -0.3	11
3	6 5.6 0.2	4 6 -0.8	5 3.4 0.9	15
4	2 3.8 -0.9	6 4 1	2 2.3 -0.2	10
Marginale di colonna	15	16	9	40

Il valore di X quadro non è significativo dato che vi sono frequenze attese minori di 1. Fare riferimento ai residui standardizzati.

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 $(O-A)/\text{radq}(A)$: 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



“Per quanto tempo si legge”? v(8)

“Quante volte si sveglia il bambino durante la notte?” v(12)

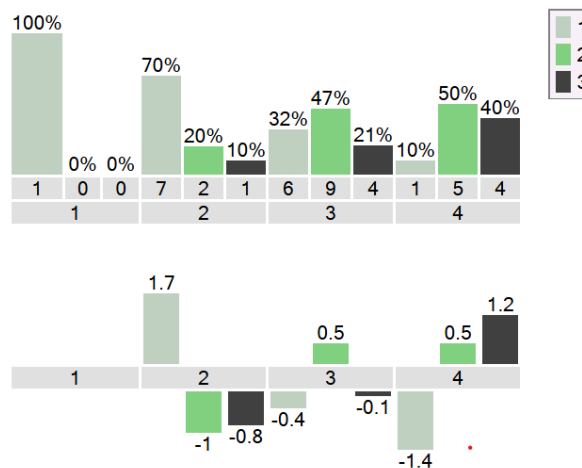
Tabella a doppia entrata:
v8 x v12

v12-> v8	1	2	3	Marginale di riga
1	1 0.4 -	0 0.4 -	0 0.2 -	1
2	7 3.8 1.7	2 4 -1	1 2.3 -0.8	10
3	6 7.1 -0.4	9 7.6 0.5	4 4.3 -0.1	19
4	1 3.8 -1.4	5 4 0.5	4 2.3 1.2	10
Marginale di colonna	15	16	9	40

Il valore di X quadro non è significativo dato che vi sono frequenze attese minori di 1. Fare riferimento ai residui standardizzati.

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 $(O-A)/\text{radq}(A)$: 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



“Di sera leggete al vostro bambino prima di andare a dormire?” v(3)

“A che ora viene messo a letto il bambino di solito?” v(10)

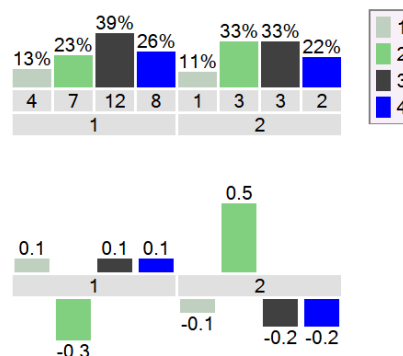
Tabella a doppia entrata:
v3 x v10

v10-> v3	1	2	3	4	Marginale di riga
1	4 3.9 0.1	7 7.8 -0.3	12 11.6 0.1	8 7.8 0.1	31
2	1 1.1 -0.1	3 2.3 0.5	3 3.4 -0.2	2 2.3 -0.2	9
Marginale di colonna	5	10	15	10	40

X quadro = 0.43. Significatività = 0.934
V di Cramer = 0.1

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)/radq(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



9.3 Interpretazione dei dati

In seguito all’elaborazione dei dati ottenuti dall’analisi dei questionari ho ricavato la seguente interpretazione:

Posso affermare che il 60% (maggioranza) dei genitori che hanno risposto al questionario hanno bambini di età compresa tra i 36 e i 48 mesi. Il restante 40% ha bambini di età compresa tra i 24 e i 36 mesi.

Il 77% dei genitori svolge l’attività di lettura serale, contrariamente al 23% che non la pratica.

Ogni settimana i genitori leggono rispettivamente: 1 volta a settimana 10%, 2 volte a settimana 27,5%, 3 volte a settimana 37,5% infine più di 3 volte a settimana 25%.

Nella maggior parte dei casi il libro da leggere viene scelto in accordo con il bambino e i suoi caregiver.

L’attività della lettura serale si svolge per un 43% nella camera dei genitori, il restante si divide tra camera del bambino e il salotto. Nessuno ha menzionato altri luoghi in cui si pratica questa attività.

La maggior parte delle famiglie circa il 38% mette il bambino a letto tra le 21:30 e le 22:00, solamente il 13% prima delle 21:00. La maggior parte dei bambini (35%) dorme tra le 5-6 ore a notte.

Nel 40% dei casi i bambini si svegliano a causa di sogni/incubi, mentre il 38% si sveglia a causa di bisogni fisiologici.

I risultati ottenuti dall'analisi dei dati sembrano confutare in parte l'ipotesi di partenza; infatti, i dati non mostrano un adeguato livello di significatività. Pertanto, la ricerca da me effettuata non ha portato alla piena conferma dell'ipotesi.

Come già affermato precedentemente nel quadro teorico gli studi inerenti alla relazione tra l'attività di lettura serale e la qualità del sonno sono ancora in fase di sviluppo.

CAPITOLO 10

10.1 Autoriflessione sull'esperienza compiuta

Intraprendere questo lavoro di ricerca educativa ha rappresentato un'opportunità per mettere in pratica quello che ho appreso, in particolare il passaggio dalla formulazione dell'ipotesi iniziale alla concreta strutturazione e rielaborazione del questionario, mi ha permesso di mettere alla prova le mie capacità.

Sin dal primo giorno mi sono subito resa conto di quanto fosse importante una buona collaborazione, non solo tra coloro che curano la ricerca, ma anche con chi ha scelto di collaborare. Tale progetto si è rivelato un'esperienza formativa e significativa, in quanto mi ha consentito di entrare in contatto con servizi educativi, offrendomi la possibilità di “mettermi alla prova” e provando nel concreto cosa significa condurre una ricerca educativa.

L'esperienza mi ha portato a comprendere quante risorse richieda il processo, in particolare le difficoltà legate al coinvolgimento delle strutture educative per la richiesta di collaborazione, entro tempi stabiliti dalla ricerca stessa.

In conclusione mi ritengo soddisfatta della mia ricerca e del mio percorso, questo lavoro mi ha aiutata a capire quanta costanza, precisione nella raccolta dati, flessibilità e collaborazione da parte di tutti coloro che mi hanno aiutata nella ricerca (educatori e famiglie), siano qualità essenziali per svolgere al meglio il lavoro dell'educatore professionale.