

## **I giovani e il tempo: prospettiva temporale e pianificazione dell'agenda personale in un campione di adolescenti**

**Zambianchi Manuela (Dipartimento di Psicologia Università di Bologna)**

**Ricci Bitti Pio Enrico (Dipartimento di Psicologia università di Bologna)**

### **Introduzione teorica**

Il costrutto di Prospettiva Temporale venne introdotto inizialmente da Frank ('39) che lo definì come la “dimensione temporale vissuta nella quale un individuo inserisce il suo comportamento, l'estensione della sua rappresentazione degli avvenimenti passati o futuri della sua esistenza”. Secondo Lewin ('51) e Piaget ('70), la genesi della prospettiva temporale porta progressivamente il bambino e poi l'adolescente ad ampliare il tempo presente, in cui è inizialmente immerso, verso le dimensioni del passato e del futuro. In particolare, con l'adolescenza, l'individuo diviene sempre più capace di collocare le proprie sequenze di azioni in un futuro più o meno distante, programmato in modo coerente ed articolato secondo obiettivi intermedi e strutture mezzo-fine (Nuttin, '85; Ricci Bitti, '97).

L'adolescenza è un periodo di vita in cui gli individui pensano al futuro ed a se stessi “proiettati nel futuro” molto più intensamente rispetto a chi si trova in altre fasi del ciclo di vita; l'orientamento al futuro degli adolescenti è determinante per lo sviluppo successivo della personalità: le aspettative collegate agli obiettivi ed ai piani di vita personali influenzano profondamente l'autostima ed il significato generale della vita (Trempera, Malmberg, 2002).

Diversi studi hanno approfondito il rapporto tra caratteristiche della prospettiva temporale (come, ad es., il centraggio preferenziale su di un tempo specifico, o il possesso di una integrazione e bilanciamento tra i tempi) e diverse variabili di personalità, rilevando come la dimensione del futuro, negli adolescenti e nei giovani, sia generalmente associata ad una elevata autostima, ad una elevata percezione di “agency” individuale, ad aspettative di controllo efficace sugli eventi della vita (Malmberg, 2002; Little, '98). Il centraggio preferenziale sul futuro appare inoltre legato, sempre per queste fasi della vita, ad un minore coinvolgimento nei rischi per la salute (Zimbardo, Boyd, 1999), mentre l'essere orientati sul presente costituisce un fattore di predisposizione ad una maggiore implicazione nei medesimi rischi per la salute (Zambianchi, 2006).

La prospettiva temporale, a cui viene riconosciuta una centralità nella mobilitazione dell'energia motivazionale orientata verso uno scopo (Nuttin, '85), non si struttura in un “vacuum sociale”, ma rappresenta sempre la sintesi del rapporto Io-Mondo, essendo la risultante di elementi di ordine cognitivo e affettivo individuali e fattori di ordine socio-culturale, quali istituzioni, regole, norme, valori, sistemi di relazioni propri di una specifica società in un determinato tempo storico.

L'età adolescenziale rappresenta inoltre la fase di vita in cui è richiesto di saper gestire la complessità crescente degli ambienti sociali con cui si entra in contatto: l'apertura dell'adolescente a diverse realtà istituzionali, agenzie educative “altre” rispetto alla scuola, la frequentazione di ambienti ricreativi, sociali, sportivi, richiede l'abilità di saper armonizzare i tempi da dedicare a questi nuovi ambienti e quelli dell'attività scolastica. L'acquisizione di questa competenza di pianificazione e strutturazione del tempo quotidiano segnala il passaggio dal “tempo eteroregolato” al “tempo autoregolato” (Ricci Bitti, 1997), sempre più rilevante in una società caratterizzata dalla presenza di numerose opportunità e offerte educative e dalla necessità di operare una sintesi tra di esse. Come ha sottolineato Bandura, (2000) all'interno della sua teoria sull'agentività umana, l'autoefficacia è una “capacità generativa in cui le sotto-abilità cognitive, sociali, emozionali e comportamentali devono essere organizzate e coordinate adeguatamente per assolvere ad una infinità di scopi”. L'autoregolazione sul piano delle condotte temporali e dell'organizzazione del tempo si rivela un fattore cruciale per numerosi ambiti di vita dell'adolescente, dal successo scolastico alla capacità di sviluppare interessi extrascolastici in grado di promuovere il suo benessere e sviluppo sociale e cognitivo (Larson, 2000; Larson, Hansen, 2005).

La capacità di strutturazione del tempo quotidiano si qualifica probabilmente come una autentica “competenza emergente”, essenziale per poter incontrare con successo le molteplici richieste della società attuale in quanto essa rappresenta la sintesi del tempo biografico individuale e dei tempi sociali, all’interno di quadro che stabilisce priorità sulla base di preferenze e progetti posseduti dall’individuo.

La società complessa post-moderna occidentale appare infatti caratterizzata da profondi mutamenti di natura strutturale e valoriale, e connotata da quella che Beck definisce come una progressiva diminuzione del potere normativo delle istituzioni a favore dell’enfatizzazione posta sull’individuo e sulla sua autonomia, intesa sia come “autorganizzazione della vita nelle sue varie fasi, come pure autotematizzazione della propria biografia” (2000; 2008).

Il processo di pluralizzazione e individualizzazione dei percorsi biografici, come sostengono Gielen e Chumachenko (2004), caratteristico delle società post-moderne globali, porta in primo piano il problema delle competenze necessarie agli individui per poter creare, sviluppare un progetto di vita che possa essere percepito realizzabile, all’interno di un rinnovato rapporto con le istituzioni sociali. La diversificazione delle “carriere di vita”, così come il dilatarsi delle opzioni disponibili, unita però ad una forte difficoltà di “immaginabilità” e predicibilità del futuro, legate anche alla precarizzazione del lavoro giovanile, porta con sé una crescente difficoltà, da parte delle generazioni più giovani, a progettare piani, progetti di vita che si estendano in un arco temporale a lungo termine.

Lanz e Rosnati (2002), in una ricerca che ha coinvolto adolescenti e giovani adulti, evidenziano la mancanza di un progetto generale che includa, in una sintesi coerente, differenti aspetti della vita futura, dato che si situa nella tendenza, emersa negli ultimi decenni, a frammentare sempre più la propria biografia di vita e che avvalorare l’ipotesi di una crescente difficoltà, da parte dei giovani, a saper gestire la dimensione del futuro, dimensione che si rivela quindi, nella società contemporanea occidentale, come la più “critica”, anche se, forse, la più rilevante per il benessere.

## **Obiettivi**

La ricerca ha valutato:

- le caratteristiche della prospettiva temporale (due le dimensioni considerate, presente e futuro) ed il livello di pianificazione dell’agenda personale.
- Le differenze esistenti per quanto riguarda l’età, il genere, la tipologia di scuola frequentata in relazione alla prospettiva temporale ed alla pianificazione dell’agenda personale.
- La presenza di correlazioni significative tra le dimensioni dei due costrutti esaminati. E’ stata ipotizzata una correlazione positiva tra dimensione del futuro e pianificazione dell’agenda personale, mentre una correlazione negativa è invece attesa tra dimensione del presente e pianificazione dell’agenda personale. Non si formula un’ipotesi direzionale specifica per la correlazione tra le due dimensioni della prospettiva temporale.

## **Metodologia**

### **Campione**

Hanno partecipato alla ricerca 163 adolescenti (68 maschi e 95 femmine, età media 17,77 anni) frequentanti due Licei, Classico e Scientifico. Il questionario ha richiesto circa mezz’ora per la compilazione, avvenuta nelle rispettive classi, previo accordo con i docenti.

### **Strumenti**

Sono stati somministrati i seguenti questionari self-report:

- La *Zimbardo Time Perspective Scale* (ZTPS) (Keoug, Zimbardo, Boyd, 1999), per la valutazione della prospettiva temporale. E’ stata qui usata la forma breve, nella versione italiana di D’Alessio, Guarino, De Pascalis, Zimbardo (2003), costituita da 22 item con risposta su scala Likert a 5 punti (1= molto falso; 5= molto vero) raggruppati nelle due sotto-dimensioni del Presente (9 item; es.: “Faccio le cose impulsivamente prendendo le decisioni al momento”) e del

Futuro (13 item; es.: “Quando voglio ottenere qualcosa, stabilisco gli scopi e valuto i mezzi adatti per raggiungerla”). La consistenza interna, misurata con l’alpha di Cronbach, è 0,67 per la dimensione del Futuro e 0,63 per il Presente.

-Il *Questionario sull’Agenda Temporale e la Pianificazione dell’Attività Scolastica (QAT-PAS)*, costruito ad hoc, non essendo reperibili in letteratura test specifici per misurare questa specifica dimensione, vicina, anche se non sovrapponibile, al costrutto di “efficacia accademica”, indagato da diverse ricerche nell’ambito della qualità dell’apprendimento scolastico (Bandura, Barbaranelli, Caprara, Pastorelli, 2001; Bassi *et al.*, 2007). Il questionario, con una scala Likert a 5 punti (1= mai; 5 = sempre), valuta la pianificazione dell’attività scolastica, inclusa la capacità di pianificazione in una prospettiva di medio e lungo termine (es. “pianifico in modo accurato le mie attività di studio”) e la gestione del tempo quotidiano, ossia la capacità di organizzare l’agenda quotidiana e settimanale attraverso la scelta non casuale delle attività ma orientata in base ad una gerarchia di valori e /o priorità (es. “riesco a distribuire in modo equilibrato ed efficace le mie attività di studio e del tempo libero”).

## Risultati

### 1) Caratteristiche della prospettiva temporale e della pianificazione dell’agenda personale

La prospettiva temporale degli adolescenti che hanno partecipato alla ricerca appare bilanciata, senza un centraggio più accentuato su una delle due dimensioni considerate, passato e futuro (v. tabella 1)

Tabella 1

Presente	Futuro	Pianificazione agenda personale
media = 2,95 (dev. st. = ,54)	Media = 3,08 (dev. st. = ,56)	Media = 3,14 ( dev. st. = ,64)

### 2) Anova Univariata: differenze in base al genere.

L’analisi statistica ha evidenziato la presenza di importanti e significative differenze per quanto riguarda il genere su tutte e tre le dimensioni da noi considerate. In modo più dettagliato, si evidenzia come i maschi possiedano un centraggio sul presente maggiore rispetto alle coetanee adolescenti, per le quali invece la dimensione del futuro appare più importante, rispetto ai maschi. Le adolescenti femmine inoltre tendono a pianificare l’agenda personale in modo più elevato rispetto ai loro coetanei (v. tabella 2)

Tabella 2

Presente *	Futuro *	Pianificazione agenda personale *
Maschi media = 3,17 Femmine media = 2,79 F = 22,22 ; p < 0,001	Maschi media = 2,94 Femmine media = 3,18 F = 7,53 ; p < 0,01	Maschi media = 2,98 Femmine media = 3,26 F = 7,61 ; p < 0,01

\* differenze significative

### 3 ) Anova Univariata: differenze in base all'età

Il campione di adolescenti è stato suddiviso in due gruppi: il gruppo "A" che raggruppa i ragazzi di età compresa tra 16 e 17 anni (media adolescenza), ed il gruppo "B" che invece comprende i ragazzi tra i 18 ed i 21 anni (tardo adolescenza).

I risultati mostrano differenze significative per questa variabile su due dimensioni: il futuro e la pianificazione dell'agenda personale.

I ragazzi più giovani presentano un maggiore centraggio sul futuro rispetto ai ragazzi più grandi, collocati in uscita dall'adolescenza, e vicini all'età definita di "adulto emergente" (Arnett, 2004); per quanto riguarda la pianificazione dell'agenda personale, sono ancora i più giovani ad utilizzarla in misura maggiore rispetto ai ragazzi di età più elevata.

L'età non appare influire, invece, sulla dimensione del presente. (v. tabella 3)

Tabella 3

Presente	Futuro *	Pianificazione agenda personale*
A (età 16-17) media = 2,91 B (età 18-21) media = 3,08 F = 2,73 ; p<1,00	A (età 16-17) media =3,15 B (età 18-21) media =2,86 F = 8,13; p<0,01	A (età 16-17) media = 3,20 B (età 18-21) media = 2,97 F = 3,93; p<0,05

\* differenze significative

### 3) Anova Univariata: differenze in base all'Istituto scolastico frequentato

Sono presenti differenze significative in base alla tipologia di Liceo frequentato. Pur essendo il gruppo degli adolescenti che frequentano il Liceo Classico molto più piccolo rispetto a quello del Liceo scientifico, si è ritenuto ugualmente di evidenziare il risultato. Sono la dimensione del futuro e la pianificazione dell'agenda personale ad essere più elevate negli adolescenti del Liceo Classico rispetto ai ragazzi del Liceo Scientifico, mentre il punteggio della dimensione presente non varia tra le due scuole (v. tabella 4)

Tabella 4

Presente	Futuro *	Pianificazione agenda personale*
Liceo Classico media = 2,81 Liceo Scientifico media = 2,97 F = 1,27 ; p<0,26	Liceo Classico media = 3,36 Liceo Scientifico media = 3,05 F = 4,45 ; p<0,05	Liceo Classico media =3,49 Liceo Scientifico media = 3,11 F = 5,08 , p<0,05

\* differenze significative

#### 4) Correlazioni tra le dimensioni della prospettiva temporale e la pianificazione dell'agenda personale

La prospettiva temporale centrata sul futuro presenta una correlazione positiva con la pianificazione dell'agenda personale, mentre il centraggio preferenziale sul presente si associa in modo negativo all'autoregolazione del tempo personale. Le due dimensioni della prospettiva temporale che abbiamo considerato nello studio appaiono inversamente correlate tra di loro (v. tabella 5)

Variabile	Presente	Futuro	Pianificazione agenda
Presente	1,00	-,43***	-,42***
Futuro	-,43***	1,00	,58 ***
Pianificazione agenda	-,42 ***	,58 ***	1,00

\*\*\*  $p < 0,001$

#### Conclusioni

Gli adolescenti che hanno partecipato alla ricerca mostrano anzitutto una prospettiva temporale bilanciata, dal momento che le due dimensioni prese in esame (è stata esclusa dalla ricerca la dimensione del passato per la giovane età dei nostri soggetti) si collocano entrambe attorno al punteggio intermedio. Anche la pianificazione dell'agenda personale non si presenta particolarmente accentuata, ma si delinea piuttosto come una abilità mediamente utilizzata dai ragazzi.

Il genere si rivela un fattore di forte influenza sull'organizzazione temporale degli adolescenti: le ragazze infatti tendono ad essere maggiormente centrate sul futuro rispetto ai maschi, e tendono inoltre a pianificare di più la propria agenda quotidiana, dimostrando di possedere una maggiore capacità di autoregolazione e coordinamento delle varie attività.

Gli adolescenti maschi sembrano invece più orientati sul tempo presente e, nel contempo, meno capaci di organizzare le attività quotidiane ed i propri impegni scolastici ed extrascolastici.

Diversi studi (Zimbardo, Boyd, 1999) hanno dimostrato il rapporto esistente nei giovani tra prospettiva temporale e coinvolgimento nei rischi per la salute, come il fumo, l'alcool, le droghe, la guida pericolosa, evidenziando come l'essere centrati sul presente costituisca un fattore di predisposizione all'assunzione dei vari rischi, probabilmente determinato dalla maggiore difficoltà a valutare accuratamente le conseguenze a lungo termine delle azioni rischiose intraprese. Possedere una prospettiva temporale maggiormente orientata al futuro invece si associa ad un minore coinvolgimento nei rischi per la salute.

Un dato interessante è rappresentato dall'influenza giocata dall'età sulla dimensione del futuro e sulla pianificazione dell'agenda personale: mentre ci si aspettava, anche in considerazione degli studi sulla genesi della prospettiva temporale in età evolutiva e sul rapporto tra adolescenza e prospettiva temporale condotti negli anni '80 e '90 (Ricci Bitti, Rossi, 1988; Ricci Bitti, 1997), un maggiore orientamento sul futuro nei tardo adolescenti, rispetto ai ragazzi più giovani, i nostri dati non confermano questa ipotesi, mostrando invece come la salienza del futuro e le attività di autoregolazione del tempo personale tendano a diminuire, anziché ampliarsi, nella tarda adolescenza. Quale spiegazione attribuire ad un dato così inatteso?

La nostra ricerca non prende in considerazione dimensioni di tipo "affettivo" legate alla prospettiva temporale, quali ad es., le paure, le ansie, i desideri, fattori che potrebbero influire sulla salienza accordata alle dimensioni temporali. Come evidenziato da Trempala (2002), la fine

dell'adolescenza, e l'ingresso in quella che ormai viene definita "fase di adulto emergente" (Arnett, 2004), proprio perché caratterizzata dalla necessità di compiere scelte rilevanti in diverse aree della vita (ad esempio, se proseguire gli studi oppure optare per l'ingresso nel mondo del lavoro) si rivela oggi, nella società occidentale, particolarmente complesso e problematico.

La società post-moderna occidentale, definita anche "società del rischio" (Beck, 2000), è caratterizzata infatti dalla scarsa predicibilità del futuro e dall'ampliamento dell'autonomia individuale sulle opzioni disponibili per la realizzazione dei propri progetti di vita.

Queste caratteristiche della società contemporanea, unite inoltre ad una precarizzazione del lavoro, rende particolarmente ardua la progettazione di un futuro a lungo termine, soprattutto quando esso richiede, per la sua realizzazione, una precisa articolazione in strutture mezzo-fine, ossia la definizione, all'interno di un ampio progetto di vita, di obiettivi di livello intermedio e modalità efficaci per realizzarli.

Forse la maggior consapevolezza, posseduta dai tardo-adolescenti, della complessità dei percorsi che portano all'età adulta, può portare ad un appiattimento sul tempo presente, anziché ad una maggiore consapevolezza della necessità di acquisire strumenti e abilità per gestire le "sfide del futuro" (Mc Inerney, 2004).

La stretta associazione positiva riscontrata tra dimensione del futuro e pianificazione dell'agenda personale attesta come entrambe facciano parte di una più ampia capacità di auto-strutturazione temporale, legata alle abilità di self-regulation e collegata all'agency individuale (Bandura, 2001), dato che viene confermato dall'associazione negativa che esse evidenziano invece con il tempo presente. I ragazzi maggiormente centrati sul presente tendono infatti a pianificare di meno l'agenda quotidiana ed a percepire come meno saliente il tempo futuro, limitando quindi i processi di pianificazione e organizzazione delle attività in vista di scadenze, progetti situati in un orizzonte temporale più lontano a favore di attività che privilegino le sensazioni immediate e la gratificazione a breve termine.

Come sottolinea Larson (2000), la rilevanza del pensiero strategico, della pianificazione e dell'autonomia dell'individuo e dei giovani in particolare nella società contemporanea occidentale è tale da essere associati a numerose misure di benessere e sviluppo positivo.

Comprendere in modo più approfondito le caratteristiche (cognitive, affettive, di estensione, di integrazione) in cui si articola il "tempo dei giovani" rappresenta una necessità irrinunciabile per tutte quelle Istituzioni (scolastiche, sociali, ricreative, sportive..) che intercettano il mondo adolescenziale e giovanile e che, in qualche misura, contribuiscono allo sviluppo di abilità, competenze, conoscenze a loro utili per delineare nel modo migliore un progetto, o più progetti biografici e tradurli progressivamente in realtà.

## **Bibliografia**

Arnett, J.J., (2004), *Emerging adulthood: the winding road from the late teens through the twenties*, Oxford University Press, New York.

Bandura A., (2000), *Autoefficacia, teorie e applicazioni*, Erikson, Trento.

Bandura, A. (2001), Social cognitive theory: an agentic perspective, *Annual Review of Psychology*, vol.52, 1-26.

Beck, U., (1992), *Risk Society: towards a new Modernity*, London, Routledge (trad. ital: La società del rischio: verso una nuova modernità, Carocci, Roma, 2000)

Beck, U., (2008), *Costruire la propria vita: quanto costa la realizzazione di sé nella società del rischio*, Il Mulino, Bologna.

Frank, L. K. (1939). Time Perspective. *Journal of Social Philosophy*, 4, 293-312.

Gielen U.P., Chumachenko O., (2004), *All the world's children: the impact of global demographic trends and economic disparities*, in U.P. Gielen & J. Roojnarine (eds), *Childhood and adolescence: cross-cultural perspectives and applications*, Praeger, C T, Westport.

Lanz M., Rosnati R., (2002), *Adolescents' and young adults' construction of the future: effects of family, relations, self-esteem, and sense of coherence*, in J. Trempala, E. Malmberg., (2002), *Adolescents' future-orientation. Theory and research*, Peter Lang, Frankfurt A. M.

Larson R., (2000), Toward a psychology of positive youth development, *American Psychologist*, 1: 170-183.

Larson R., Hansen D., (2005), The development of strategic thinking: learning to impact human systems in a youth activism program, *Human Development*, 48: 327-349.

Lewin K., ('51), *Field theory in social science*, Harper & Row, New York (trd. It. Teoria e sperimentazione in psicologia sociale, Il Mulino, Bologna, 1972).

Little, B. R., (1998), Personal projects: a rationale and method for investigation, *Environmental Behavior*, 15: 253-309.

Malmberg L.E., (2002), *Adolescents' biased means and future expectations*, in J. Trempala, E. Malmberg., (2002), *Adolescents' future-orientation. Theory and research*, Peter Lang, Frankfurt A. M.

Mc Inerney D. M., (2004), A discussion of future time perspective, *Educational Psychology Review*, 2, 141-151

Nuttin, J., (1985), *Future time perspective and motivation theory and research method*, Presses Universitaires de Louvain, Louvain.

Piaget J., (1970), *L'epistémologie génétique*, PUF, Paris.

Ricci Bitti P. E., Rossi V., (1988), *Vivere e progettare il tempo*, Franco Angeli, Milano.

Ricci Bitti P.E., (1997), *Organizzare la via quotidiana e progettare il futuro*. In A. Palmonari (a cura di), *Psicologia dell'adolescenza*, Il Mulino, Bologna.

Trempala J., Malmberg, E., (2002), *Adolescents' future-orientation. Theory and research*, Peter Lang, Frankfurt A. M.

Zambianchi M., (2006), Influenza delle caratteristiche individuali nella valutazione dell'efficacia dei messaggi persuasivi sul rischio stradale negli adolescenti, *Psicologia della Salute*, 2: 5-18.

Zimbardo, P.H., Boyd, J. N. (1999), Putting Time in Perspective: A Valid, Reliable Individual-differences Metric. *Journal of Personality and Social Psychology*, 6, 1271-1288.

