MEDIA ETÀ ADULTA

- La media età adulta porta con sé l'inizio di una **riduzione delle opportunità**.

- La **maggior parte** degli adulti di mezza età è **sistemata** e ha già preso le decisioni più importanti della vita.

- Le persone di mezza età devono in genere procurarsi da sole le scelte da compiere e **cercare attivamente** di cambiare la loro vita, se vogliono.

- Media età adulta = momento ideale per **guardare** sia **indietro** sia **avanti** nel ciclo di vita.

- La **società** esercita in questa fase della vita una certa **pressione sociale** a vivere una vita convenzionale → forte **rischio di stagnazione**.

- **Crisi di mezza età**.

ESSERE GENITORI

- Diventare genitore costituisce **uno degli eventi più rilevanti nella vita** di un individuo.

- Diventare genitore significa **essere in una posizione di potere in un rapporto sociale gerarchico**.

- Si tratta di un mutamento **quasi normativo nella prima e nella media età adulta**.

- **Riorganizzazione ruoli familiari**.
- **Implicazioni diverse** per madri e padri.
- **Diminuzione del tempo di qualità** da trascorrere assieme.
- Concomitanza di altri problemi può determinare forte **stress e tensione nella coppia**.

- **Scelta del momento opportuno e numero di sfide contemporanee influisce su esito.**

- Schemi di cambiamento coniugale determinati da **risorse dei genitori** e **caratteristiche del bambino.**

- Generale **diminuzione di appagamento coniugale** ma schema variabile.

ESSERE GENITORI DI ADOLESCENTI

- Rapporto: verticale → orizzontale.
- **Dissidi** basati su **questioni di vita quotidiana**, ma anche **questioni di rispetto reciproco, convivenza, indipendenza e responsabilità**.
- **No differenze** con società tradizionali.

LA SINDROME DEL NIDO VUOTO

- Intorno ai 20 anni molti ragazzi lasciano la casa dei genitori (anche se negli ultimi anni è **salita l'età media** dei figli che vanno via da casa).

- **Sindrome del nido vuoto** = potenziali reazioni depressive dei genitori di fronte a questo avvenimento.

- Graziottin & Serafini (2009): le donne, dalla pubertà in poi, sono più vulnerabili degli uomini alla depressione.

- Le modificazioni endocrine durante la transizione menopausale possono contribuire a una "finestra di vulnerabilità" specifica.

- Se uscita di casa dei figli si associa ad altre crisi → sperimentazione di **stress** da parte del **padre**.

- Madri cercano nuove opportunità; padri realizzano di aver perso opportunità.

- > durata matrimonio < possibilità di separazione dopo uscita di casa dei figli

- Dagli anni ‘90 tendenza opposta: «**nido pieno**»!

- Le famiglie odierne offrono tutto ai figli e questo non li incentiva a pensare e cercare una propria autonomia e indipendenza.

- Sovrabbondanza di risorse → sfida non appetibile.

- Due fasce di età in cui è più frequente lasciare la casa dei genitori in **Italia**:

  - 27,5% tra i 20 e i 25 anni
  - 24,4% tra i 25 e i 30 anni

- Il 15,7% esce di casa prima dei 20 anni, il 18,2% tra i 30 e i 35 anni e il 14,1% oltre i 35.

ESSERE GENITORI IN CULTURE NON OCCIDENTALI

- **Sfide molto diverse**: si programmano più bambini.
- Famiglia allargata s'impegna nella crescita dei bambini.
- **Morte bambino quasi normativa**.

PATERNITÀ E MATERNITÀ COME EVENTI NON NORMATIVI

- **Complicazioni supplementari eventi non normativi**.
- Es. gravidanza in adolescenza.
- **Gravidanza in adolescenza** = causa o conseguenza di basso SES?

CARRIERA E DISOCCUPAZIONE

- **Influenza** positiva o negativa su figli, coniuge, amici, tempo libero, energia, ecc.

- **Lavoro stressante** per **uomini** più che per donne.

- Karasek & Theorell (1990): combinazione di **controllo** e **grado d'impegno** richiesto dal lavoro influiscono radicalmente sul well-being → parallelismi con modello di sfida.

LA SFIDA DELLA DISOCCUPAZIONE

- **Lavoro** → importante per identità di sé ed espansione risorse.
- **Aumento disoccupazione** → mutamento non normativo che sta per diventare normativo.
- **Sta diminuendo stigma nei confronti dei disoccupati.**

- **Stili di vita dei disoccupati:**
  - stagnazione appagante;
  - stagnazione non appagante;
  - sviluppatori.
- **Conseguenza nascosta**: ritorno a divisione dei sessi tradizionale e stereotipata.

MORATORIA DELLA MEZZA ETÀ E IMPORTANZA DEL TEMPO LIBERO

- **Moratoria** dovuta all'assenza di mutamenti normativi all'orizzonte.
- Opportunità di rifinire e ampliare proprie abilità, specializzarsi in diversi settori.
- Nuove esperienze, hobbies, abilità, aree di conoscenza.

- **Funzioni sociali** attività di svago:
  - coltivare hobby solitario;
  - incontrare nuove persone;
  - giocare o esercitarsi insieme ad altri;
- Tempo libero caratterizza le **società più ricche**.
- Il **posto in cui si vive** condiziona il tipo di svago e di attività sociali.
- Scelta attività limitata da **tradizione, cultura e legislazione**.

- Shaw (1994)→ aspetti del **tempo libero delle donne**:
  - restrizioni nella scelta delle attività;
  - attività di svago vincolanti o limitative;
  - attività intraprese per resistere alle costrizioni.

- **Parallelismo** modello sfida sviluppo.

TO SUM UP

- Sfide della mezza età: carriera, rapporti personali, famiglia e tempo libero.

- Uno dei pochi mutamenti quasi normativi nell'età adulta = condizione di genitore (dalla nascita all'uscita di casa dei figli).

- Periodo tranquillo, senza troppi cambiamenti, a rischio stagnazione.