

Data: 11.01.2021 Pag.: 40
Size: 139 cm2 AVE: € 13344.00
Tiratura: 56351
Diffusione: 38391
Lettori: 379000



L'INDAGINE PUBBLICATA SULLA RIVISTA PNAS

I bambini con self control hanno una marcia in più

Il bambino tende a essere misurato nelle reazioni, sa stare al suo posto e anche a scuola e nel gioco non eccede con risposte emotiva e fisiche eccessive? State tranquilli. Probabilmente le sue capacità di autocontrollo potranno rivelarsi utili nel corso della vita. A indicare un percorso di questo tipo è uno studio pubblicato sulla rivista dell'Accademia Americana delle Scienze (Pnas), in cui un'équipe internazionale ha preso in esame oltre 1000 bambini nati nei primi anni 70 ed inseriti in un registro, il *Dunedin Longitudinal Study*, per



Il self control aiuta i più piccoli

essere poi rivalutati intorno ai 45 anni. Tutti i soggetti sono stati valutati da piccoli sul fronte del "Self Control" grazie a questionari proposti non solo a loro, ma anche a genitori e insegnanti: sulla scorta di queste valutazioni sono stati disegnati "identikit" sull'impulsività nelle reazioni o sulle frustrazioni in caso di piccoli progetti. Poi questi soggetti sono stati riosservati a 45 anni: quelli che erano stati maggiormente dotati di autocontrollo hanno mostrato i segni di un miglior invecchiamento cerebrale e più in generale avevano uno stato di salute migliore. Inoltre, pur se stiamo parlando di bambini, gli esperti ricordano anche che i più dotati di "Self Control" tendevano più facilmente a raggiungere gli obiettivi prefissati. —

FE. ME.

RIPRODUZIONE RISERVATA