

Biblioteche e salute degli adolescenti e dei divenenti: la lettura come agente di benessere

di Monica Monasterolo, Alessandra Quaglia, Federica Viazzi

Introduzione

Lo scorso 13 novembre si è tenuto all'Istituto superiore di sanità il secondo appuntamento dedicato a biblioteche ed *health humanities* dal titolo "Biblioteche e *health humanities*: giovani, lettura e nuove forme di *welfare* per la salute" come il precedente promosso dall'Istituto superiore di sanità e dalla Sapienza università di Roma, in collaborazione con l'Associazione italiana biblioteche e il Cultural Welfare Center.

I responsabili scientifici, Chiara Faggiolani (BIBLAB, Sapienza università di Roma), Amalia Egle Gentile (responsabile del Laboratorio di *Health humanities* presso il Centro nazionale malattie rare dell'Istituto superiore di sanità) e Vittorio Ponzani (responsabile Ufficio Reference, informazioni e consultazione della Biblioteca dell'Istituto superiore di sanità) sono stati affiancati nelle fasi preparatorie del convegno, nella moderazione e durante l'esposizione delle testimonianze da un *youth board* composto da studentesse e studenti.

Mattino

Dopo i saluti e l'indirizzo di benvenuto i lavori del mattino hanno visto prendere parola Amalia Egle Gentile affiancata da Virginia Mellace come rappresentante del *youth board*.

Le due moderatrici hanno ricordato come sia importante un avvicinamento multidisciplinare, attraverso immagini e storie, per la costruzione di *welfare* culturale, e in particolare Virginia Mellace ha sottolineato come sia importante il confronto generazionale per una progettazione che abbia reali ricadute positive sulla società e di come spesso si parli di giovani senza includerli.

Chiara Faggiolani e Vittorio Ponzani, con un intervento dal titolo *Biblioteche e benessere dei 'divenenti': costruire una nuova prossimità culturale*, dopo aver riportato un'osservazione di Catterina Seia (presidente del Cultural Welfare Center), che ha

MONICA MONASTEROLO, Biblioteche Civiche Torinesi, e-mail: monica.monasterolo@comune.torino.it.

ALESSANDRA QUAGLIA, Biblioteche Civiche Torinesi, e-mail alessandra.quaglia@comune.torino.it.

FEDERICA VIAZZI, Biblioteche Civiche Torinesi, e-mail: federica.viazzi@comune.torino.it.

Ultima consultazione siti web: 24 aprile 2026.

AIB studi, vol. 66 n. 1 (gennaio/aprile 2026), p. 89-98. DOI 10.2426/aibstudi-14242

ISSN: 2280-9112, E-ISSN: 2239-6152 - Copyright © 2026 Monica Monasterolo,

Federica Viazzi, Alessandra Quaglia



definito la giornata «dispositivo di cooperazione continua», hanno sintetizzato uno degli aspetti della complessità contemporanea e di come sia importante anche ripensare alle definizioni: coloro i quali erano 'adolescenti', o tardo adolescenti, possiamo cominciare a chiamarli 'divenenti'¹, mutuando la definizione dal documentario *Futura*. Chi sono i divenenti? Sono le persone impegnate nel viaggio che li farà 'diventare' adulti. Faggiolani, nel citare il neologismo ricorda come sia importante uscire dall'«adulcentismo» dello sviluppo, e il coinvolgimento dei ragazzi nell'organizzazione del convegno, ne è testimonianza concreta.

Se il passaggio all'età adulta è un periodo complesso da sempre, l'attuale contesto storico lo rende ancora più complicato e Faggiolani, riferendosi a quanto emerso nel documentario, parla di «afuturalgia»²: la difficoltà a immaginare il futuro. Questo disagio si esprime in modi diversi (disordini alimentari, autolesionismo) e sta diventando strutturale. La biblioteca in queste situazioni diventa una risorsa importante tra i determinanti sociali che possono contribuire ad arginare il fenomeno. Per loro stessa natura, infatti, le biblioteche sono distribuite sul territorio, inclusive, facilitano le relazioni, sono luoghi dove la conoscenza si incontra, e di conseguenza diventa cura, rendendo quindi la lettura una pratica trasformativa e salvifica.

Ma per trasformare le case della lettura in luoghi di benessere occorrono dei cambi di paradigma. Faggiolani e Ponzani ne citano due: il primo è ripensare alle attrezzature culturali non come un fine ma come un mezzo, il secondo è il cambio di approccio alla salute, da patogenico, concentrato quindi sulla malattia, a salutogenico, orientato alla salute. Ponzani e Faggiolani ricordano come le biblioteche siano determinanti sociali e il «prendersi cura» presupponga una responsabilità diffusa. Citano inoltre il primo Rapporto OMS³ del 2019 dedicato al contributo delle arti per il miglioramento della salute dove viene formalizzato il ruolo della partecipazione culturale sulla promozione della salute.

L'ambiente in cui viviamo, non è solo spazio fisico, anche il digitale è spazio di vita e armonizzare i due contesti esistenziali, per i divenenti è ancora più complesso. Gli smartphone e i social aumentano l'orientamento all'immagine (Instagram, YouTube, TikTok, l'87% dei divenenti comunica con Whatsapp) con un conseguente effetto del virtuale sulla costruzione dell'identità. Manca quindi una mediazione, manca la neutralità e manca una protezione. Ne consegue talvolta che venga rilevato un uso problematico di Internet (quando il tempo trascorso online supera le 20-30 ore settimanali, per finalità non correlate ad attività di studio o lavorative, la letteratura scientifica parla di *Internet addiction*, con sintomi analoghi a quelli delle dipendenze), con i rischi legati all'uso improprio dei social (povertà educativa, sostituzione dello spazio sociale con quello virtuale, irritabilità, trascuratezza negli impegni scolastici e nelle relazioni interpersonali) e la perdita della capacità di attendere, fondamentale nello sviluppo.

La società contemporanea è caratterizzata da un'iperproduzione di contenuti, alla quale corrisponde un iperconsumo, pertanto si rende necessario un confronto e un intervento sulla qualità dell'esperienza di fruizione di questi contenuti, la cui gestione sarà frutto di un confronto in un ambiente totalizzante, come lo è il web. Qual è il

1 Lungometraggio di Pietro Marcello, Francesco Munzi e Alice Rohrwacher che ha lo scopo di esplorare l'idea di futuro di ragazze e ragazzi tra i 15 e i 20 anni.

2 Riprendendo anche Pascal Chabot, *Avoir le temps: essai de chronosophie*. Paris: PUF, 2021.

3 *What is the evidence on the role of the arts in improving health and well-being? A scoping review* <<https://www.who.int/europe/publications/i/item/9789289054553>>.

ruolo per le biblioteche in questo ecosistema? Ricoprono un ruolo strategico, per l'importante responsabilità educativa e culturale. Le biblioteche, infatti, sono spazi dinamici dove cultura, educazione e salute si intrecciano in modo organico.

Le biblioteche si stanno trasformando in catalizzatori di inclusione sociale, che agiscono come uno 'spazio di controbilanciamento' - lemma di recente inserito nell'Enciclopedia Treccani - rispetto alle pressioni sociali esterne. Non più solo un luogo di conservazione, ma 'terzo luogo', presidio di democrazia che, come evidenziato anche nel *Rapporto sul benessere*, garantisce pari opportunità di accesso e diventa strumento di inclusione.

Dopo la pandemia è cambiato il rapporto che l'utenza ha con la biblioteca. Il calo di frequentazioni, che non è più stato recuperato completamente, è da leggere come un segnale di un cambiamento nel rapporto tra pubblico e istituzione: oggi la biblioteca viene frequentata meno per il prestito di libri e più per il suo 'valore aggiunto' di ambiente neutro e non competitivo, un rifugio in cui il tempo libero viene messo a frutto e smette di essere lasciato al caso, tornando ad essere la dimensione in cui 'diventiamo più umani'.

In questa prospettiva, le biblioteche si posizionano all'intersezione tra cultura, salute e cittadinanza attiva attraverso il paradigma delle *health humanities*, proponendo una visione integrata della salute, dove l'arte e la cultura integrano la medicina. La Cultura (maiuscola) diventa strumento di intervento preventivo e trasformativo.

L'atto di leggere evolve, dicono Faggiolani e Ponzani, da piacere privato diventa atto trasformativo con una ricaduta sociale: i gruppi di lettura⁴ o i *silent book lab* innescano ricadute inaspettate sul benessere psicofisico della comunità.

La cultura diventa così anche uno strumento di prevenzione per promuovere consapevolezza e rinforzare l'alfabetizzazione sanitaria, quella *health literacy* della quale i cittadini, in particolare gli adolescenti, sono carenti. Biblioteche quindi come infrastrutture multifunzionali e strumenti di promozione della cultura della salute in un ecosistema che va verso l'ibridazione di servizi e prospettive.

In conclusione, Ponzani e Faggiolani riflettono su come le biblioteche del XXI secolo possano essere agenti attivi di benessere, aiutando i divenienti a porsi nei confronti degli altri con una postura aperta ed emotivamente accogliente grazie al potere della lettura, che 'espone' al punto di vista eterologo, allo sguardo e alle emozioni dell'altro da sé. Sensazioni nelle quali si sta immersi per lungo tempo, così che vengono stimolate l'empatia, lo sguardo sull'altro e l'accettazione della diversità di emozioni.

Segue Anna Maria Giannini, psicologa e direttrice del Dipartimento di Psicologia alla Sapienza Università di Roma che in *Costruire senso e identità: uno sguardo psicologico alla salute di adolescenti e giovani adulti* ricorda come la cultura e la lettura siano parte integrante della salute e del benessere di adolescenti e giovani adulti, nonché elementi importanti per la costruzione dell'identità personale. Questo periodo storico, caratterizzato da instabilità economica e sociale, competizione esasperata, relazioni intermittenti, sovraccarico di stimoli, determina una vulnerabilità dove i confini diventano porosi, deboli. Tutti questi elementi rappresentano una minaccia per la salute e l'equilibrio dei giovani e affrontarli deve diventare una sfida collettiva. La lettura ricopre un ruolo centrale in relazione alla salute e al benessere, soprattutto se la paragoniamo all'intrattenimento con i *device* che incoraggiano il cosiddetto *scrolling* e che disincentivano un approccio profondo all'informazione.

⁴ Si veda anche *S.T.O.R.I.E.: una ricognizione quantitativa e qualitativa dei gruppi di lettura in Italia*, a cura di Chiara Faggiolani. Roma: ADEI, 2025.

Quanti di noi, di un articolo leggono solo le prime righe? Se leggiamo questa abitudine da una prospettiva soltanto culturale, sottolinea Giannini, assumeremo un atteggiamento limitativo anche dal punto di vista della salute psicologica.

L'intervento prosegue evidenziando come la 'dematerializzazione' dell'intrattenimento, che passa quindi da un contatto diretto e fisico tra le persone e – nel nostro caso – l'oggetto libro, a una fruizione delle storie grazie a tablet o altri supporti elettronici, ne modifichi la percezione, non solo da parte dei giovani – oggetto di questo convegno – ma da parte di tutte le fasce d'età. A conforto di quanto presentato Giannini cita uno studio dove si rileva una differenza di acquisizione della morale delle storie a seconda se queste siano state lette in un contesto di lettura ad alta voce o lette su tablet; oltre alla percezione della morale della fiaba, la tipologia di fruizione influenza anche la quantità e la qualità dei dettagli colti nella storia.

Giannini prosegue concentrandosi nuovamente sui giovani e sul depauperamento delle relazioni nel momento in cui si misura la loro profondità sulla base dei *like* ricevuti.

Il digitale, invasivo e pervasivo, dà la percezione illusoria di essere integrati in un gruppo, portando i giovani a disinvestire nelle relazioni fuori dall'ecosistema digitale. Esempio concreto di questa riflessione è come la F.O.M.O. (Fear Of Missing Out) sia diventata una minaccia alla salute.

Il disagio è sofferenza e alterazione nell'equilibrio emotivo, una reazione avversa che comporta sofferenza. Tale reazione può essere causata da fonti esterne, come la frustrazione di bisogni di base, o interne, come il vissuto personale. Anche in questo tipo di problematiche la lettura può avere un ruolo positivo: immergendo la persona in mondi diversi grazie all'immaginazione, sviluppa un potere curativo. Chi legge si confronta con altre vite, viene esposto a realtà che allargano gli orizzonti psicologici senza essere sottoposto allo sfalsamento tipico del mondo virtuale, dove il confine tra ciò che è reale e ciò che non lo è non sempre è ben definito. Il disagio si può manifestare sotto molte forme, senso generale di malessere, tristezza, insorgenza di patologie, fino ad atti di autolesionismo.

L'isolamento e la solitudine, prosegue Giannini, reali o percepite che siano, coinvolgono una serie di fattori, sia familiari che ambientali, e se i *social media* (incluso WhatsApp) contribuiscono a forme di isolamento costante, la lettura è invece un momento di condivisione, sia che ci si confronti sugli stimoli dati da ciò che si sta leggendo sia che si condivida lo spazio di aggregazione di una sala lettura durante lo studio autonomo. Il libro aiuta a mettere in circolo emozioni attivate dal confronto con gli altri.

La nostra identità, infatti, si è costruita e si consolida in un percorso fatto di relazioni, la cui mancanza si traduce nella difficoltà a sviluppare empatia verso il prossimo con conseguenze note a tutti come bullismo, mancanza di percezione della violenza, hate speech, o degenera in forme di isolamento sociale quale il fenomeno degli *hikikomori* (persona che ha scelto di limitare o ridurre la propria vita sociale, spesso ricorrendo a livelli estremi di isolamento e confinamento).

Empatia dunque significa restituire, e non soltanto recepire. Il fatto di aver percepito la condizione dell'altro per i giovani significa 'divenire ponendosi il problema che l'altro esiste'. Divenire quindi consapevoli che il benessere non esclude la sofferenza, in un mondo dove i social propongono violenza o modelli di perfezione irraggiungibili. Giannini interroga retoricamente l'assemblea su come si possa costruire un'identità in un mondo dove ci si sente sempre svantaggiati, e sottolinea come i commenti sulle donne che spesso capita di leggere, (sessisti o centrati sul solo aspetto estetico), siano frutto dell'incapacità di integrare tra di loro le emozioni e di affron-

tare le frustrazioni. La biblioteca assume un ulteriore significato simbolico, in un contesto sociale depauperato dallo spirito critico, dove una crisi d'identità può diventare *horror vacui* (quando vedi una notizia, ti chiedi chi te l'ha data?) e dove il 'tutto e subito' contemporaneo, nel momento in cui non si hanno gli strumenti per comprendere i contenuti, diventa niente. Giannini precisa poi, prima di chiudere, come la tecnologia e il digitale non vadano demonizzati, naturalmente, ma sia importante approcciarsi sempre criticamente al valore dei contenuti, in un contesto sociale (*social*) dove la possibilità di commentare ogni fatto dà un senso di onnipotenza.

L'intervento di Giannini si conclude con un *call to action* per riportare al centro dell'attenzione l'importanza della prevenzione e la necessità di lavorare insieme alla costruzione di identità complesse, frutto dell'esperienza e ricche di significato.

Il terzo intervento dal titolo *Digitalità e traiettorie di sviluppo negli adolescenti* è quello di Agata Polizzi, del Dipartimento di Medicina clinica e sperimentale dell'Università degli studi di Catania, e sottolinea come leggere non sia un atto innato ma un'attività frutto di un'integrazione tra informazioni, dato che il nostro cervello vive e lavora per aree associative.

La lettura dal punto di vista neurobiologico aiuta a dare significato al mondo circostante, stimolando la corteccia visiva e le due vie – dorsale e ventrale – della percezione che ne derivano. La cooperazione dinamica dei due percorsi diventa così piena comprensione del testo. Leggere, quindi, significa far dialogare aree cerebrali diverse.

Il digitale ha invece un impatto diverso sul nostro cervello, il rapporto tra digitale e analogico è lo stesso che corre tra linearità e frammentazione e tra lettura e zapping. La lettura digitale, infatti, si basa su processi che coinvolgono la memoria a breve termine (lettura orientativa, *scanning* e *skimming*), attività che non sempre si armonizzano con la crescita delle connessioni cerebrali e la conseguente maturazione del pensiero astratto e del pensiero critico.

È importante considerare, ricorda Polizzi, come le diverse aree del cervello non abbiano gli stessi tempi di maturazione, (il sistema limbico matura prima del lobo frontale) e, tenendo presente il funzionamento della rete neuronale e del circuito della gratificazione, i picchi di dopamina concomitanti ai *like* ricevuti possano creare iperconnessione e dipendenza in persone non ancora emotivamente stabili. Si verificano quindi delle alterazioni nei circuiti dell'attenzione e dell'emozione in un cervello digitale sempre acceso ma raramente concentrato: emoziona tutto ma si elabora poco. Il rischio ulteriore è quello che si alterino anche processi fisiologici provocando, per esempio, insonnia, ansia o ci si percepisca la realtà in maniera distorta. Il digitale, dunque, diventa un fattore di rischio quando non integra il reale ma lo sostituisce.

Le differenze tra lettura digitale e analogica, come già anticipato, riguardano le dinamiche attentive poiché la lettura prolungata attiva reti profonde mentre i *feed* sono progettati per essere interrotti di continuo, generando quindi emozioni rapide e contrastanti. Polizzi, prima di chiudere, cita una revisione sistematica del 2023 dedicata proprio al confronto tra lettura su supporti digitali e su carta⁵ e ricorda come la lettura regolare abbia anche un effetto protettivo per quanto riguarda il calo delle abilità linguistiche. Lettura regolare che si può coltivare nei luoghi di lentezza e con-

5 Peras, Igor [et al.], *Digital versus paper reading: a systematic literature review on contemporary gaps according to gender, socioeconomic status, and rurality*, «European journal of investigation in health, psychology and education», 13 (2023), n. 10, p. 1986-2005, DOI 10.3390/ejihpe13100142.

nessione reale per eccellenza, le biblioteche.

Il direttore del Centro nazionale per la Prevenzione delle malattie e la Promozione della salute dell'Istituto superiore di Sanità, Giovanni Capelli, prosegue parlando di 'prescrizione sociale' e sanità pubblica e ricordando una pubblicazione del 1920 dove si tratta di sanità pubblica⁶ e di come sia necessario evolvere dal vecchio paradigma di costruzione della salute attraverso i farmaci. Il mondo contemporaneo richiede che vengano sviluppati meccanismi sociali tali da garantire standard di vita adeguati. Da qui nasce il cambio di paradigma proposto dal modello di prescrizione sociale, un modello olistico che genera cambiamento comportamentale grazie anche alla figura del *link worker*, un operatore di collegamento che conosce il territorio e supporta i percorsi di guarigione e di consolidamento del benessere con un piano preciso che integra attività quali l'arte, lo sport o il volontariato. Capelli prosegue citando EuroHealthNet⁷, una *partnership* senza scopo di lucro tra organizzazioni, istituti ed enti che operano nel campo della salute pubblica, della prevenzione delle malattie, della promozione della salute e del benessere e della riduzione delle disuguaglianze.

Capelli prosegue quindi riportando i risultati incoraggianti degli interventi non farmacologici, grazie all'intervento dei *link worker*, e suggerendo che il ruolo nella comunità di un bibliotecario potrebbe essere arricchito da una formazione per fare anche il *link worker*. A conclusione dell'intervento Capelli menziona gli interventi coordinati e potenzialmente esportabili del Cultural welfare center e del Centro regionale di Documentazione per la promozione della salute della Regione Piemonte DoRS.

Chiude la mattinata Annalisa Cicerchia (Istituto nazionale di statistica e Cultural welfare center) che con l'intervento dal titolo *La prescrizione di arte e cultura in Italia: prime evidenze dalla indagine sul campo*, riporta i primi risultati di uno studio svolto dal Cultural welfare center con il sostegno della Compagnia di San Paolo, sui programmi di prescrizione sociale. A livello europeo i progetti sono molti e l'Italia non è un fanalino di coda. Si tratta di progetti che fanno da ponte tra cura e creatività, sottolinea Cicerchia che successivamente riporta i risultati di un sondaggio, risultati altrettanto positivi. Il 63% delle organizzazioni interpellate, infatti, ha risposto positivamente alla domanda «avete svolto attività artistiche?». Nelle attività esaminate erano coinvolti operatori sia della cultura sia della sanità.

Interessante anche il risultato del 34% di coloro che hanno risposto «no, ma mi interesserebbe». «Questi 'no' sono il nostro *Far West*», dice Cicerchia, «la prateria in cui dobbiamo operare». La distribuzione differenziata sul territorio paga il *bias* di concentrazione della presenza di enti filantropici in Piemonte, Toscana, Lombardia ed Emilia-Romagna. Le aree di intervento degli enti sono state prevalentemente di carattere culturale e sociale, con coinvolgimento di realtà museali, lettura ad alta voce e passeggiate culturali.

Una criticità emersa, rileva Cicerchia, è la difficoltà di coinvolgere gli stessi beneficiari delle attività, motivo per cui sono necessari investimenti da parte dei decisori, risorse e progettazione a monte per ottenere una migliore presa di coscienza dell'impatto dei progetti di prescrizione sociale. Le biblioteche (luoghi in cui si svolgono il 32,4% delle attività), da questo punto di vista sono un'eccezione positiva, basti pensare ai numeri e alla longevità di un'esperienza ormai consolidata come

⁶ Winslow CE, *The untilled fields of public health*, «Science», n. 1306 (1920), p. 23-33, DOI 10.1126/science.51.1306.23.

⁷ EuroHealthNet, <<https://eurohealthnet.eu/>>.

Nati per Leggere.

Prima di avviarsi alle conclusioni Cicerchia sottolinea i benefici della prescrizione sociale: migliore inclusione sociale, miglioramento delle capacità relazionali, riduzione dell'isolamento (e del senso di solitudine) grazie all'accesso alla cultura.

La prescrizione sociale diventa quindi un antidoto alla perdita di comunità, riattivando legami di fiducia poiché è un sistema fondato sulla co-progettazione tra attori diversi e con ruoli complementari: ASL, istituti culturali, realtà del terzo settore ed enti locali. A fare da contraltare ai benefici, Cicerchia rileva le criticità tipiche delle programmazioni molto strutturate: sostenibilità economica *in primis*, e poi burocrazia, accessibilità difficoltosa ai progetti e, non ultima, la formazione degli operatori.

Si tratta ancora di lavorare sul coinvolgimento dei beneficiari e dei partner economici. Il tema fondamentale è quello di costruire un dialogo tra operatori dei diversi settori. Cicerchia saluta l'uditorio con un esempio di buona pratica: il progetto Scioppo di Teatro che vede coinvolti il Comune di Milano, diverse compagnie teatrali e l'associazione dei pediatri.

Pomeriggio

I lavori del pomeriggio prendono l'avvio con l'intervento dal titolo *Come in uno specchio: il lettore che si legge. L'esperienza del sistema bibliotecario Sapienza* a cura di Francesca Romana Berno, presidente del Sistema bibliotecario Sapienza, Claudia Chiarolanza, psicologa del Dipartimento di Psicologia della Sapienza Università di Roma e Nicole Marinelli, studentessa di psicologia sempre della Sapienza Università di Roma.

Tale intervento racconta l'esperienza del gruppo di lettura intergenerazionale tra studenti di psicologia e anziani. La lettura diventa un 'ponte' tra le persone di generazioni diverse.

Durante l'adolescenza si assiste ad un processo di 'deidealizzazione' dei genitori che procede in parallelo al rafforzamento della relazione tra pari, nella direzione del raggiungimento dell'indipendenza e dell'autonomia.

Il gruppo di lettura intergenerazionale permette il dialogo tra le diverse generazioni attraverso la condivisione dei propri vissuti e dei propri ricordi. Lo scambio autobiografico aumenta il benessere emotivo dei partecipanti.

Durante gli incontri è stata proposta ai partecipanti una griglia di valutazione delle dinamiche relazionali.

Le domande poste sono state: «Pensi che gli anziani ti possano aiutare a imparare?»; «I libri possono aiutare a sentirsi meglio?»; una delle risposte data dagli studenti è stata «la lettura è una specie di magia!».

La frequentazione del gruppo di lettura ha permesso ai partecipanti di sperimentare diverse conoscenze, abilità e competenze quali la conoscenza della lingua e della grammatica, l'abilità di comprensione sia della lingua che delle emozioni, le competenze relazionali in una dinamica di costruzione continua.

L'esperienza dunque diventa uno spazio di apprendimento che aumenta la competenza affettiva e sostiene gli adolescenti nell'oscillazione continua tra l'aver bisogno di una guida e il bisogno di autonomia.

Il gruppo di lettura diventa allora un 'terzo spazio' in cui si agisce la trasformazione all'interno di un ecosistema di relazioni per giungere a un equilibrio tra dentro e fuori, creando una rete di competenze eterogenee.

Progetto che insegna ad abitare una 'zona di sviluppo prossimale', uno spazio tra ciò puoi fare da solo e ciò che puoi fare con l'aiuto di altri.

Il secondo intervento del pomeriggio, dal titolo *Narrazioni che salvano. L'esperien-*

za del laboratorio di scrittura *'storie condivise, tra scuole e ospedali* è presentato da Alessandra Merighi, dell'Istituto di istruzione superiore 'Federico Flora' di Pordenone e da Carolina Russo, studentessa dell'Alma mater studiorum Università di Bologna.

Il progetto prende le mosse da una attività di lettura condivisa sperimentata tra pazienti oncologici adolescenti ricoverati nel reparto dell'istituto di Aviano e studenti delle classi di istituti superiori del territorio.

I partecipanti hanno selezionato alcuni libri che *'risuonano'* dentro di loro, raccontando quali parti di sé il libro ha descritto.

In questa esperienza emerge la frattura fra il prima e il dopo (l'evento traumatico) e l'estraneità rispetto al mondo dei sani, fino ad arrivare all'elaborazione del dolore attraverso la lettura.

Durante la pandemia sono stati organizzati, insieme al festival Pordenonelegge, due contest: *Sposta la tua mente al dopo e raccontalo*, e poi *La storia siamo noi*, per raccontare quale traccia ha lasciato la pandemia. Sono stati prodotti 400 testi per entrambi i contest, gli ebook sono scaricabili dal sito di Pordenonelegge.

In seguito è stato pubblicato, sempre da Pordenonelegge, il volume *Rosa, Rosae, Rosae*, che racconta l'isolamento prodotto dalla malattia sommato a quello della pandemia. Le storie dei ragazzi malati hanno sostenuto i *'sani'* che non erano abituati alla sofferenza.

Un'altra esperienza riportata è quella del gruppo di lettura *Microbi dal cuore grande*, un gruppo di lettura e scrittura condivisa per adolescenti con disturbi alimentari, in cui sono emerse le parole consapevolezza e progettualità, nell'ottica di una realizzazione del sé per poter essere felici.

L'ultimo intervento del pomeriggio, a cura di Giuseppe Bartorilla, della Commissione nazionale biblioteche e servizi per ragazzi e ragazze dell'Associazione italiana biblioteche, e di Andrea Daccò, studente dell'Università degli studi Milano-Bicocca, dal titolo *Giovani, letture e biblioteche: ultime notizie dai territori del margine* comincia con la citazione del volume di Maria Teresa Andruetto *Per una letteratura senza aggettivi*⁸.

Bartorilla passa poi a descrivere un progetto di scrittura con Paola Zannoner che ha origine dal suo libro *Ultimo faro*. Il prodotto finale del progetto è la realizzazione del libro *Messaggi in bottiglia*, di cui ogni partecipante al corso ha scritto un capitolo. Il valore aggiunto emerso durante il lavoro di scrittura condivisa è la percezione delle biblioteche come luoghi in cui *'ci si prende cura'*, la *'cura'* contrapposta al tempo libero visto come contenitore vuoto. Lo spazio della biblioteca diventa spazio abitato dagli adolescenti, (spazi autogestiti) in cui gli adolescenti, che non amano l'intrusione degli adulti, si *'gestiscono'* in autonomia.

Il gruppo di lettura diventa allora un progetto di prescrizione sociale autogenerato e la biblioteca un contenitore di storie, non di oggetti.

Ci muoviamo in un ecosistema (dove si converge tutti verso la stessa visione), non una rete.

Il relatore passa poi a descrivere il progetto teatrale *Panchine*. Nel 2018, grazie ad una collaborazione con Il Castoro editore, sono stati letti vari libri, tra cui *L'ultima notte della nostra vita*⁹, di Adam Silvera. I ragazzi hanno cominciato a scrivere delle recensioni dei libri letti, che sono poi apparse sulle copertine. In seguito, le recensioni sono state pubblicate in un blog dal titolo *Mille sfumature di inchiostro*.

Partendo da qui i partecipanti sono saliti su un palcoscenico, inizialmente sol-

⁸ Maria Teresa Andruetto, *Per una letteratura senza aggettivi*. Modena: Equilibri, 2014.

⁹ Adam Silvera, *L'ultima notte della nostra vita*. Milano: Il Castoro, 2019.

tanto per leggere, poi hanno realizzato, sotto la guida e con lo scambio laboratoriale con Lodovica Cima, diversi elaborati, racconti, poesie, che hanno dato vita al copione *Panchine*, esplorazione del territorio rozzanese, testo che è poi stato trasferito nello spettacolo teatrale.

Urania tra le stelle invece è un progetto Cospaces finanziato da Fondazione Cariplo e dalle Fondazioni di Comunità, liberamente ispirato dalla storia di Urania Maggini, raccontata dal padre Mentore nel *Libro di Urania*, pubblicato da Hoepli nel 1942, ed è immaginato, scritto e interpretato dalle ragazze e dai ragazzi, tra i 17 e 24 anni di BookMood, un gruppo di lettura *young adults*, della biblioteca dei ragazzi di Rozzano, nato nel 2017 come *spin-off* del gruppo di lettura Bucsiy, e che ha al suo attivo già tre tra spettacoli realizzati tra il 2018 e 2023. Nel logo del progetto è ripresa la luna di notte perché a Rozzano, accanto alla biblioteca c'è l'osservatorio astronomico. Il progetto nasce dall'esigenza di ricercare altri spazi, che a Rozzano latitano, per attività diverse, nell'ottica di trovare luoghi dove stare bene insieme.

Nel progettare attività con gli adolescenti è importante rendere le esperienze replicabili e, soprattutto, progettare il tempo libero perché la quotidianità si risolve in un tempo assediato dalla relazione con il digitale usato male. Il pensiero collettivo diventa connettivo per il gruppo.

I gruppi di lettura sono opportunità e sfide. Intercettano il bisogno di narrarsi, di essere capiti ma prima ancora di capirsi (dare senso al caos senza perdere nulla). I ragazzi dichiarano di non sapere aspettare, ma l'immediatezza è dannosa alla nostra emotività e le relazioni vengono danneggiate dall'impazienza. La lettura interviene con il suo potenziale trasformativo.

L'incontro con un libro cambia chi lo incontra. In questa dinamica le biblioteche hanno un ruolo centrale. Sono luoghi di tranquillità in cui la pratica della Lettura da individuale diventa condivisa.

Emerge sempre più la necessità di luoghi non competitivi dove sia possibile attuare un tempo di decelerazione intenzionale. Le biblioteche diventano così un luogo del 'noi'.

Conclusioni

Il convegno si conclude ricordando come la lettura sia e sarà sempre un atto trasformativo collettivo, generatore di benessere in quanto crea legami e consolida affinità. La lettura ha quindi un grande potere trasformativo, rendendo i lettori – soprattutto in una società parcellizzata come quella contemporanea – comunità, oltre che individui.

Articolo proposto il 19 marzo 2026 e accettato il 19 maggio 2026.

ABSTRACT AIB studi, vol. 66 n. 1 (gennaio/aprile 2026), p. 89-98. DOI 10.2426/aibstudi-14242
ISSN: 2280-9112, E-ISSN: 2239-6152 - Copyright © 2026 Monica Monasterolo,
Federica Viazzi, Alessandra Quaglia

MONICA MONASTEROLO, Biblioteche Civiche Torinesi, e-mail: monica.monasterolo@comune.torino.it.
ALESSANDRA QUAGLIA, Biblioteche Civiche Torinesi, e-mail alessandra.quaglia@comune.torino.it.
FEDERICA VIAZZI, Biblioteche Civiche Torinesi, e-mail: federica.viazzi@comune.torino.it.

Biblioteche e salute degli adolescenti e dei divenenti: la lettura come agente di benessere

L'articolo restituisce i contenuti emersi durante il convegno "Biblioteche e health humanities: giovani, lettura e nuove forme di welfare per la salute", promosso dall'Istituto superiore di sanità, dalla Sapienza Università di Roma, dall'Associazione italiana biblioteche e dal Cultural Welfare Center. Attraverso gli interventi di studiosi, operatori culturali, psicologi, bibliotecari e giovani partecipanti, il contributo riflette sul ruolo delle biblioteche come infrastrutture culturali di prossimità e agenti di benessere sociale, emotivo e relazionale. In particolare, il testo approfondisce il rapporto tra lettura, costruzione dell'identità adolescenziale e salute mentale, evidenziando il potenziale trasformativo delle pratiche culturali nell'attuale contesto segnato da fragilità relazionali, sovraesposizione digitale e difficoltà di immaginare il futuro. Le biblioteche emergono come 'terzi luoghi' inclusivi, capaci di favorire connessioni, processi di cura e pratiche di prescrizione sociale attraverso gruppi di lettura, laboratori narrativi e progettualità partecipate. La lettura viene così interpretata non solo come esperienza individuale, ma come pratica condivisa di costruzione di senso, empatia e cittadinanza culturale.

Libraries and the health of adolescents: reading as an agent of well-being

This paper discusses the themes and reflections emerging from the conference "Libraries and health humanities: young people, reading and new forms of welfare for health", promoted by the Italian National Institute of Health, Sapienza University of Rome, the Italian Library Association, and the Cultural Welfare Center. Through contributions from scholars, librarians, psychologists, cultural practitioners, and young participants, the paper examines the role of libraries as community cultural infrastructures and agents of social, emotional, and relational well-being. Particular attention is devoted to the relationship between reading, adolescent identity formation, and mental health, highlighting the transformative potential of cultural practices in a contemporary context marked by relational fragility, digital overexposure, and difficulty in imagining the future. Libraries emerge as inclusive 'third places' capable of fostering connections, care practices, and forms of social prescribing through reading groups, storytelling laboratories, and participatory projects. Reading is therefore interpreted not only as an individual experience, but also as a shared practice that nurtures meaning-making, empathy, and cultural citizenship.