

HIKIKOMORI

引きこもり

RAGAZZI CHIUSI ALLE RELAZIONI SOCIALI



“ Una ricerca sul benessere degli adolescenti cuneesi ”



HIKIKOMORI

—— 引きこもり ——

RAGAZZI CHIUSI ALLE RELAZIONI SOCIALI

“ *Una ricerca sul benessere
degli adolescenti cuneesi* ”



Con il contributo di





Ricerca realizzata nell'ambito del Progetto del Comune di Cuneo "Hikikomori, ragazzi chiusi alle relazioni reali. Strategie di prevenzione e promozione della salute mentale tra adolescenti e le loro famiglie", realizzato con il contributo della Fondazione Cassa di Risparmio di Cuneo, nell'ambito del Bando Prevenzione e Promozione della Salute.

Partner del progetto:

- Comune di Cuneo (capofila)
- ASL CN1, Struttura Complessa di Neuropsichiatria
- Consorzio Socio-Assistenziale del Cuneese
- Ufficio Scolastico Provinciale e l'ITC Bonelli di Cuneo
- Cooperativa Sociale Emmanuele Onlus
- Associazione Culturale ESSEOSSE.NET Onlus
- Associazione di Volontariato Fiori sulla Luna Onlus
- Istituto di Ricerca e Formazione Eclectica

Questa ricerca è parte dell'Azione 6 del progetto "Coinvolgimento attivo della cittadinanza", coordinata da Eclectica.

Coordinamento scientifico: Franca Beccaria

Ricerca qualitativa (focus group): Franca Beccaria e Alice Scavarda

Costruzione del questionario: Antonella Ermacora, Franca Beccaria, Sara Rolando, Alice Scavarda (Eclectica), Emanuela Rabaglietti e Antonella Roggero (Dipartimento di Psicologia, Università di Torino)

Analisi statistica: Antonella Roggero (Dipartimento di Psicologia, Università di Torino)

Rapporto di ricerca a cura di: Alice Scavarda e Franca Beccaria, con la collaborazione di Antonella Roggero.

Un ringraziamento particolare va ai ragazzi e agli adulti che hanno dato la disponibilità a partecipare ai focus group, ai dirigenti scolastici e insegnanti delle scuole secondarie di Cuneo che hanno permesso e facilitato la compilazione del questionario e a tutti i 15enni cuneesi che hanno condiviso con noi le loro opinioni e i loro vissuti attraverso questo strumento.

Istituti secondari di II grado che hanno partecipato: IIS "S. Grandis" (IPSSCT e IPSMAT, ex IPSIA), Istituto "Bianchi-Virginio" (Liceo artistico, Liceo Musicale, Istituto Tecnico per Geometri), Liceo Statale "E. De Amicis" (Liceo delle Scienze Umane), Liceo Scientifico e Classico Statale "G. Peano-S. Pellico", Istituto "Virginio-Donadio" (Istituto Tecnico Agrario, Agroalimentare e Agroindustria), ITIS "M. Pozzo", ITC "Bonelli".

Torino, 20 maggio 2018



Indice

Introduzione	7
1. Il progetto in sintesi	9
2. La rilevazione: un uso combinato di metodi quantitativi e qualitativi	11
3. I risultati	12
3.1 I risultati dei questionari	12
3.1.1 L'esperienza scolastica	12
3.1.2 Il tempo libero	15
3.1.3 Il livello di soddisfazione	22
3.1.4 La qualità delle relazioni	26
3.1.5 Internet e i social	32
3.1.5.1 Il tempo, Internet e i social	32
3.1.5.2 Con chi	33
3.1.5.3 Cosa si fa sui social	33
3.1.5.4 Cosa pensano i ragazzi dei social	38
3.1.5.5 Essere connessi può diventare un problema	40
3.1.6 Il fenomeno del ritiro sociale	45
3.1.7 Come prevenire	46
3.2 I risultati dei focus group	47
3.2.1. Gli adolescenti: le relazioni tra pari, il rischio di isolarsi e la prevenzione	47
3.2.2. Gli adulti: l'universo relazionale degli adolescenti, come capirlo e come prevenire i rischi	50
4. Discussione e conclusioni	58
APPENDICE METODOLOGICA	61
Il questionario	61
Il campione	65
Il focus group	67
Gli strumenti statistici e di analisi	68
Bibliografia	70



Introduzione

Il ritiro sociale, fenomeno conosciuto anche come "hikikomori"¹, è recente e in costante aumento in Italia, coinvolgendo, secondo stime recenti, tra i 60.000 e i 100.000 casi (Spiniello, Piotti, Comazzi, 2015).

Si tratta di adolescenti e giovani adulti, prevalentemente di sesso maschile, che sviluppano una fobia nei confronti della scuola e a poco a poco smettono di frequentarla, rifiutando ogni altro contatto sociale, per ritirarsi nella propria stanza. Spesso la reclusione domestica si accompagna all'utilizzo eccessivo di Internet e al tentativo di rifugiarsi nel mondo virtuale della rete. Ai ritirati sociali gravi si aggiungono i soggetti con ritiro parziale, assenti da scuola, con una vita sociale ridotta, ma che non presentano una situazione di disagio conclamato. Anche se un ampio consenso sulla definizione del fenomeno non è ancora stato raggiunto, si definisce tale un ritiro dalla vita sociale che si protrae da almeno sei mesi, in assenza di disturbi mentali severi (schizofrenia, disabilità intellettiva ecc.) combinandosi al rifiuto di frequentare la scuola o di lavorare e precludendo la possibilità di mantenere relazioni significative² (Koyama et al., 2010). Allo stesso tempo, il dibattito circa la caratterizzazione diagnostica del fenomeno, ovvero se si tratti di un disordine mentale specifico³ o di una sindrome culturalmente determinata, è ancora aperto (Zielenziger, 2006; Teo & Gaw, 2010). Secondo Zielenziger, la presenza massiccia di hikikomori in Giappone (con un indice di prevalenza che si aggira intorno all'1,2% della popolazione; Koyama et al., 2010.) farebbe pensare a un disturbo radicato nel contesto culturale nipponico, mentre altri autori (Teo & Gaw, 2010; Uchida & Norasakkunkit, 2015) sottolineano la diffusione del fenomeno in altri paesi, probabile indicatore di cause più generalizzate e aspecifiche.

Da un punto di vista psicologico, l'origine del fenomeno è individuata in una debolezza narcisistica del soggetto, tale per cui l'adolescente non è in grado di elaborare la paura del fallimento e la vergogna che ne consegue, in primis nel contesto scolastico. Il ritiro è determinato quindi dalla volontà di evitare il confronto con i propri limiti, che infrangerebbe l'immagine idealizzata di sé, spesso sostenuta dai genitori, e porta ad aderire a una dimensione immaginaria. Episodi di emarginazione e di bullismo sono concause del fenomeno, poiché producono una ferita narcisistica difficile da rimarginare (Spiniello, Piotti, Comazzi, 2015).

Le ragioni più ampie dell'aumento dell'incidenza di hikikomori, sono da ricercare nelle crescenti pressioni poste dal contesto sociale, e nella diffusa cultura dell'esibizionismo e del narcisismo (Uchida & Norasakkunkit, 2015; Chan & Lo, 2016). La società dell'immagine costringe i giovani a esibire un corpo "perfetto", a mostrare capacità relazionali impeccabili, a ricoprire diversi ruoli, rispondendo alle aspettative dei genitori e degli altri attori sociali. Inoltre, la crisi del mercato del lavoro stabile, con il conseguente diffondersi della precarietà lavorativa, ha implicato la disgregazione del sistema normativo tradizionale, comportando la necessità per i giovani di trovare nuovi modi di affrontare le transizioni alla vita adulta (Furlong, 2008). Secondo il sociologo, non si tratterebbe tanto di una condizione psicologica o psichiatrica specifica, quanto di un fenomeno transitorio, determinato da fattori sociali.

- ¹ Il termine "hikikomori" fu coniato dallo psichiatra giapponese Tamaki Saito, che all'inizio degli anni Ottanta segnalò la presenza di un numero crescente di giovani che abbandonavano la scuola e interrompevano le relazioni con il mondo sociale. Saito individuò una forma di ritiro sociale dovuto a cause sociali e familiari, che influenzano lo sviluppo psicologico dell'adolescente e lo portano a rifugiarsi nel contesto domestico.
- ² Nel 2003 il Ministero della Salute, del Lavoro e del Welfare giapponese ha stabilito i seguenti criteri: uno stile di vita prevalentemente domestico; nessun interesse o desiderio di frequentare la scuola o di lavorare; manifestazione dei sintomi da almeno sei mesi; assenza di schizofrenia, disabilità intellettiva e altri disturbi mentali; incapacità di mantenere relazioni sociali significative (es. amicizie). Nel 2008, una task force di ricerca nazionale ha condensato la definizione nel modo seguente: "uno stato di rifiuto del coinvolgimento sociale in ogni ambito (istruzione, lavoro, amicizie) con persistente ritiro nel proprio luogo di residenza per almeno sei mesi, come risultato di diversi fattori" (Koyama et al., 2010).
- ³ Secondo Teo e Gaw (2010) gli hikikomori soffrono a causa di un persistente e disabilitante isolamento sociale, ma non presentano altri sintomi psicopatologici peculiari, risultando piuttosto classificabili all'interno di numerose etichette diagnostiche esistenti. Sebbene una minoranza di casi non rientri in alcuna di esse, la difficoltà a elaborare una diagnosi differenziale ha comportato l'esclusione di hikikomori dal DSM V, come categoria nosografica specifica. Inoltre, in un articolo Alan Teo (2009) rileva l'assenza di strategie di intervento validate scientificamente, sebbene presenti e differenziate.



Come è stato evidenziato il fenomeno hikikomori ha molto in comune anche con quello dei NEET (giovani non impegnati in percorsi formativi né lavorativi) (Ricci, 2014; Uchida & Norasakkunkit, 2015). Gli hikikomori, così come i NEET, sono ragazzi che non si conformano alle attitudini, ai valori e ai comportamenti considerati normativi, ritirandosi preventivamente dalle continue sfide poste dalla società postindustriale globalizzata, o rispondendo in modo anomico alla crisi dei sistemi di riferimento. Uchida e collega (2015) arrivano a considerare hikikomori e NEET come uno spettro di tendenze psicologiche associate al rischio di essere marginalizzati a livello sociale.

La rete, e più in generale l'adesione a una dimensione immaginaria, lungi dal rappresentare la causa del ritiro, consistono in una sorta di rifugio quando si è sperimentata l'impossibilità di affrontare il mondo reale e di trovare il proprio posto all'interno della società (Ricci, 2014). Ciò che manca, come osservano Spiniello e colleghi (2015) è la dimensione corporea, percepita come ostacolo alla realizzazione dei propri desideri e fantasie.

Dunque tratti della personalità, contesto familiare, società dei consumi e cultura materialistica, sono parole chiave (*ibidem*) per comprendere le origini di un disturbo che si sta diffondendo sempre di più anche nei paesi occidentali. I risultati di una indagine internazionale mettono in luce la presenza di casi rubricabili all'interno del fenomeno in numerosi paesi, con una prevalenza maggiore nelle aree urbane, mettendo in discussione la tesi di una sindrome prodotta dal processo di modernizzazione giapponese (Kato et al., 2011a, 2011b). Dopo il Giappone (dove gli hikikomori sono circa un milione), la Corea del Sud (dove la dipendenza dalla rete dei giovani è particolarmente diffusa), la Spagna e l'Oman, anche in Italia inizia ad aumentare il numero di ragazzi che dorme durante il giorno e si rifugia la notte nei videogiochi, nei social network e nella realtà virtuale. I genitori, smarriti di fronte a una situazione di difficile lettura e gestione, si rivolgono ai servizi e ai professionisti, alla ricerca di supporto pratico e di sostegno psicologico. Mentre i media italiani hanno segnalato da tempo il fenomeno con articoli e servizi televisivi, sul versante scientifico ricerche e proposte metodologiche di intervento risultano estremamente ridotte.



1. IL PROGETTO IN SINTESI

L'aumento dei casi di ritiro sociale, inizialmente segnalato in Piemonte solo sul territorio metropolitano di Torino, è stato esponenziale nel cuneese negli ultimi anni (da 4 a 20 casi nell'arco di pochi mesi). Il fenomeno rappresenta inoltre la punta dell'iceberg di una condizione di disagio giovanile più ampia. Sul versante dei servizi l'Azienda Sanitaria Locale ha attivato uno Spazio Adolescenti multidisciplinare ad accesso libero, con punti di riferimento nelle scuole secondarie di secondo grado della Città di Cuneo, in collaborazione con il Consorzio Socio Assistenziale del Cuneese e i Comuni aderenti. A partire dall'esperienza dello Spazio Adolescenti, questo progetto nasce per approfondire la condizione giovanile, offrendo chiavi di lettura e strumenti di sostegno specifici per prevenire i casi di ritiro parziale o totale.

Il progetto è realizzato dal Comune di Cuneo, con il contributo della Fondazione Cassa di Risparmio di Cuneo nell'ambito del Bando Prevenzione e Promozione della Salute, in collaborazione con l'ASL CN1 (nello specifico il Dipartimento Materno Infantile, attraverso la Struttura Complessa di Neuropsichiatria Infantile Cuneo-Mondovì e la SSD Consultorio Familiare, il Dipartimento Dipendenze, il Dipartimento di Salute Mentale, compresa la SSD in Psicologia, in collaborazione con il Distretto di Cuneo e la Direzione Promozione della Salute), il Consorzio Socio-Assistenziale del Cuneese (CSAC), l'Ufficio Scolastico Provinciale e l'ITC Bonelli di Cuneo, la Cooperativa Sociale Emmanuele Onlus, l'Associazione Culturale ESSEOSSE.NET Onlus, l'Associazione di Volontariato Fiori sulla Luna Onlus e l'Istituto di Ricerca e Formazione Eclectica. La creazione di una rete ampia ed eterogenea di soggetti è finalizzata all'adozione di una prospettiva di comunità, prevedendo il coinvolgimento dell'insieme degli attori che possono contribuire a creare un sistema sociale attento a offrire risposte tempestive, appropriate e concertate ai giovani a rischio di esclusione sociale. I risultati della ricerca condotta da un gruppo di psicologi e psicoterapeuti milanesi mostrano infatti che il trattamento è efficace quando è basato sull'uscita dall'isolamento sociale del soggetto e della sua famiglia (Spiniello, Piotti, Comazzi, 2015).

Il territorio di riferimento degli interventi è quello della Città di Cuneo e dei Comuni aderenti allo CSAC e coincidenti con il Distretto ASL di Cuneo-Borgo San Dalmazzo, che comprende 30 comuni, con una popolazione minorile di circa 68.000 soggetti, di cui circa 20.000 nella fascia 13-17 anni.

L'iniziativa si propone di sperimentare prassi di prevenzione di comportamenti a rischio e di promozione della salute degli adolescenti, in particolare dei soggetti più fragili, vulnerabili a episodi di chiusura relazionale. La creazione di un sistema di protezione intorno ai ragazzi nella fascia di età di esordio del fenomeno, è promossa lavorando in diversi contesti (scolastico, familiare, del tempo libero) e coinvolgendo non solo i destinatari (la popolazione adolescente) ma l'intera comunità educante: genitori, insegnanti, operatori, allenatori e altri adulti significativi.

Obiettivi specifici del progetto sono:

- sostenere lo sviluppo di competenze relazionali e di senso critico degli adolescenti (*life skills education*), rispetto all'utilizzo del web 2.0 e ai rapporti fra coetanei, in rete e fuori dalla rete;
- potenziare l'attivazione personale degli studenti del triennio della scuola secondaria di II grado nello svolgimento della funzione di peer educator;
- promuovere la costruzione di spazi protetti di dialogo e di crescita creativa per i ragazzi, che possano dare forma ad azioni di sensibilizzazione su tematiche sociali di interesse per il gruppo dei pari e per la comunità, dove sviluppare le interazioni e la conoscenza reciproca tra adolescenti seguiti dall'NPI e non;
- favorire nei ragazzi l'aumento delle competenze all'uso consapevole e costruttivo degli strumenti tecnologici e la costruzione di competenze tecniche e artistiche per l'elaborazione di video di promozione sociale con finalità di peer education;
- stimolare insegnanti e adulti significativi nell'acquisire strumenti nell'ottica di migliorare il benessere in classe e in altri contesti gruppalì;
- creare una rete di operatori allertati all'individuazione precoce dei sintomi di isolamento relazionale e competenti nell'attivazione di interventi adeguati;



- rafforzare il ruolo e le funzioni genitoriali a partire dalla pre-adolescenza, anche rispetto all'utilizzo dei nuovi strumenti e linguaggi multimediali;
- sensibilizzare la cittadinanza al riconoscimento della situazione di ritiro sociale, che oggi avviene tardivamente solo dopo molti mesi di reclusione volontaria a domicilio, quando viene percepito il rischio di perdita dell'anno scolastico.

In fase di avvio del progetto, è stato previsto l'utilizzo di modalità di coinvolgimento attivo della cittadinanza, al fine di ottenere informazioni utili a formulare un'analisi dei bisogni, funzionale alla messa a punto e al potenziamento delle attività progettuali. La rilevazione, con un uso combinato di metodi quantitativi e qualitativi, ha consentito di raggiungere non solo i destinatari degli interventi, ma anche i principali adulti chiamati in causa nella creazione di una rete di sostegno giovanile.

Questo rapporto è dedicato a illustrare quanto emerso da questa prima fase di ricerca.



2. LA RILEVAZIONE: UN USO COMBINATO DI METODI QUANTITATIVI E QUALITATIVI

La cittadinanza è stata coinvolta attraverso un questionario online somministrato a tutti gli studenti delle classi seconde degli istituti secondari di II grado cuneesi e attraverso due focus group, l'uno rivolto agli adulti di riferimento, l'altro a giovani della stessa fascia d'età degli studenti intervistati.

L'uso combinato di strumenti qualitativi e quantitativi permette di ottenere informazioni più approfondite e diversificate sul fenomeno in oggetto.

Nello specifico, i questionari hanno offerto una panoramica sullo stato di benessere psico-sociale degli adolescenti cuneesi, rilevando il livello di autostima, la presenza di sentimenti depressivi e il grado di soddisfazione nei confronti del proprio tessuto relazionale e del tempo libero. A partire dall'analisi della letteratura, che indica tra le cause del ritiro problemi nel contesto familiare e scolastico, particolare attenzione è stata data alla qualità percepita delle relazioni e al fenomeno del bullismo, inteso come atti compiuti e subiti. È stato inoltre esplorato il ruolo di Internet, dei social media e dei videogiochi all'interno della vita quotidiana dei ragazzi: i partecipanti hanno espresso la loro opinione sulle funzioni dei social network, specificando tipi di utilizzo e strumenti più diffusi. Poiché lo strutturarsi di una forma di dipendenza, o meglio di "superinvestimento" nella rete, è frequentemente associato al ritiro sociale (Spiniello, Piotti, Comazzi, 2015) è stato chiesto ai ragazzi di quantificare il numero di ore trascorse sul web o a giocare offline, al fine di esplorare la presenza di una navigazione prolungata e di una modalità di gioco eccessiva, entrambi sintomi di un utilizzo problematico di Internet e del *gaming*. Inoltre, è stata indagata la conoscenza del ritiro sociale da parte degli studenti ed è stato affrontato il tema della prevenzione del fenomeno.

I focus group hanno permesso di approfondire il tema del disagio relazionale giovanile dal punto di vista dei giovani e degli adulti, acquisendo elementi relativi al modo in cui gli adolescenti costruiscono relazioni tra pari, a come esperiscono e interpretano le relazioni con gli adulti significativi e ai rischi e alle opportunità presentate dall'uso di Internet e dei social network, sempre più accessibili grazie a smartphone e tablet.

I dettagli su metodi e campione sono consultabili nell'appendice metodologica.



3. I RISULTATI

3.1 I risultati dei questionari

3.1.1. L'esperienza scolastica

In adolescenza, l'ambiente scolastico rappresenta un contesto di sviluppo privilegiato, che può influenzarne l'adattamento e il benessere, rappresentando un luogo positivo di crescita e di acquisizione di competenze e autonomia (Cavallo et al., 2014⁴). Affinché la scuola eserciti la sua funzione di promozione del benessere psico-sociale, è fondamentale che sia percepita come un ambito all'interno del quale sviluppare relazioni positive con gli adulti e con i pari.

L'esperienza scolastica è stata valutata attraverso 5 domande volte a indagare i giorni di scuola persi nell'ultimo mese, cosa pensano gli studenti della scuola, quanto si sentono sotto pressione a causa degli impegni scolastici, quanto si sentono accettati dai compagni e trattati giustamente dagli insegnanti. La maggioranza dei giovani intervistati frequenta regolarmente la scuola: il **55%** del campione non ha perso nessun giorno di scuola negli ultimi trenta giorni per malattia, il 22% solo un giorno, il 19% da due a quattro giorni, il 4% da cinque a sette giorni o più. Il quesito chiedeva di indicare se i giorni di scuola persi erano causati da motivi di salute o dalla mancanza di volontà di frequentarla. Non sono emerse differenze tra ragazzi e ragazze, mentre riferiscono un numero maggiore di assenze per ragioni di salute (da 2 a 4 giorni) gli studenti provenienti dall'istituto tecnico-professionale rispetto ai coetanei del liceo (Licei=15%; Istituti tecnici-professionali=24%). Inoltre, alla maggior parte della popolazione di riferimento (87%) non è accaduto di perdere giorni di scuola perché non aveva voglia di andarci. **L'esperienza scolastica è vissuta in modo positivo** dalla maggioranza dei giovani (**79%**): la scuola piace molto al 24% e abbastanza al 55% dei giovani; il 21% non ama particolarmente o per nulla studiare. Nello specifico, esprimono un apprezzamento maggiore le ragazze rispetto ai ragazzi e gli studenti del liceo rispetto agli studenti degli istituti tecnici e professionali⁵ (Tab. 1). Questi risultati appaiono in linea con i dati presentati dall'indagine longitudinale "Crescere" della Fondazione Emanuela Zancan⁶ (Barbero Vignola et al., 2016; Barbero Vignola, 2017) che evidenziano un atteggiamento positivo nei confronti della scuola da parte dei 15enni nell'80% degli intervistati.

Tab. 1 - Cosa pensi della scuola: differenze di genere e tipo di scuola (%)

	Genere		Tipo di scuola	
	Maschi	Femmine	Licei	Ist.Tecnici/ prof.li
	n=499	n=613	n=537	n=575
Mi piace molto	18	29	29	19
Abbastanza	55	56	56	55
Non mi piace tanto	19	12	12	18
Non mi piace per niente	8	3	3	8

4 Lo studio HBSC Italia (*Health Behaviour in School-Aged Children*) è promosso dalla World Health Organization e condotto dall'Università degli Studi di Torino, dall'Università degli Studi di Padova e dall'Università degli Studi di Siena, in collaborazione con il Ministero della Salute e il Ministero dell'Istruzione, Università e Ricerca. Si tratta di un'indagine sugli 11, 13 e 15enni frequentanti le scuole pubbliche e parificate italiane. Sono stati somministrati 65.000 questionari volti a indagare i comportamenti correlati alla salute, il rapporto con la scuola, i genitori e i pari.

5 Differenze M e F: $\chi^2=34,07$; gdl=3, p=.000. Differenze Licei e Istituti tecnici-professionali: $\chi^2=29,52$; gdl=3, p=.000

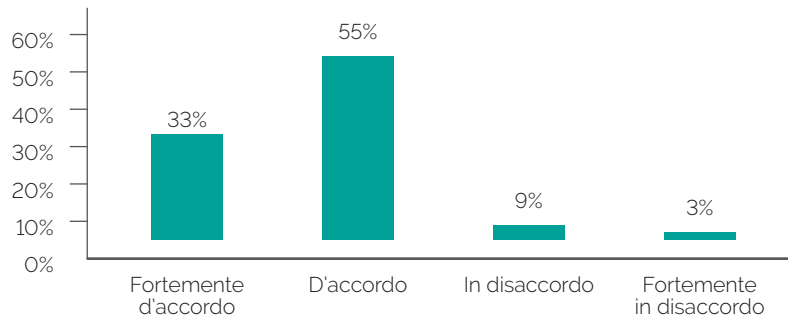
6 Si tratta di uno studio longitudinale condotto su un campione di 500 ragazzi di Padova e Rovigo, seguiti dagli 11 ai 18 anni, che mira a rilevare il loro livello di benessere attraverso l'esplorazione delle attività del tempo libero, dell'uso di internet e dei social network, delle relazioni con amici e compagni di classe, dell'atteggiamento verso la scuola, verso la spiritualità e se stessi. L'indagine, iniziata nel 2013, è volta a conoscere e comprendere i percorsi di sviluppo degli adolescenti.



Inoltre, la valutazione dell'esperienza scolastica è stata approfondita dal punto di vista relazionale, indagando la percezione della qualità delle relazioni in classe, ovvero con insegnanti e compagni.

La maggior parte dei giovani si sente **accettata dai propri compagni** (90% circa); al contrario, non si sente accettato il 12%. Anche in questo caso, i risultati sono simili allo studio della Fondazione Zancan, e addirittura mostrano un numero ancora più elevato di ragazzi che si sente accettato per com'è rispetto al 79% dei Veneti.

Fig. 1 - I miei compagni mi accettano per quello che sono



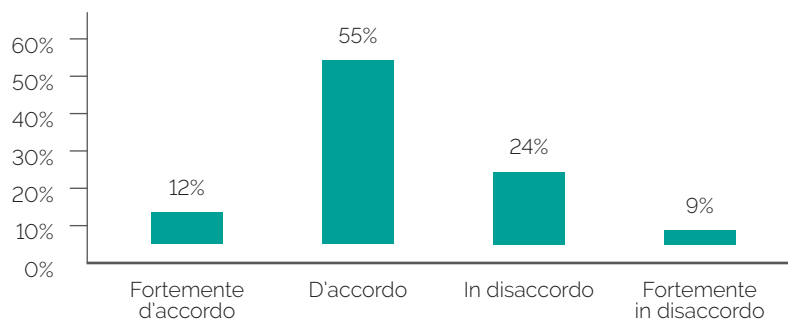
Sono i ragazzi, in particolare, a sentirsi maggiormente riconosciuti per come sono dai propri coetanei rispetto alle ragazze⁷ (Tab. 2).

Tab. 2 - I miei compagni mi accettano per quello che sono - differenze di genere (%)

	Genere	
	Maschi	Femmine
	n=499	n=613
Fortemente d'accordo	40	28
D'accordo	52	58
In disaccordo	6	10
Fortemente in disaccordo	2	4

Inoltre, il **67% degli studenti si sente trattato in modo giusto dai propri insegnanti**, mentre il 33% ritiene iniquo l'atteggiamento dei docenti (Fig. 2). Pertanto, la percezione del rapporto con gli insegnanti è meno positiva della relazione percepita con i compagni, in linea con i risultati del rapporto Zancan.

Fig. 2 - I nostri insegnanti ci trattano in modo giusto



7 Differenze M e F: $\chi^2=26.8$; gdl=3; p=.000.



Sebbene non emergano differenze significative di genere, si osservano differenze legate al tipo di scuola: infatti, l'iniquità di trattamento è riportata soprattutto dai ragazzi degli istituti tecnici-professionali, rispetto ai frequentanti i licei⁸ (Tab. 3).

Tab. 3 - I nostri insegnanti ci trattano in modo giusto - differenze tipo di scuola (%)

	Tipo di scuola	
	Licei	Ist.tecnici/prof.li
	n=537	n=575
Fortemente d'accordo	11	13
D'accordo	59	52
In disaccordo	21	27
Fortemente in disaccordo	9	8

Una percentuale molto alta di studenti sottolinea gli aspetti faticosi legati alle richieste scolastiche (78%): il 49% degli studenti riferisce di sentirsi abbastanza e il 29% molto stressato dagli impegni scolastici, solo il 22% non si sente stressato (il 19%, per niente il 3%). I risultati della presente indagine mostrano un livello di stress legato all'attività scolastica maggiore rispetto allo studio della Fondazione Zancan, secondo il quale solo il 50% degli intervistati si sente affaticato dallo studio. Come mostra la tabella 4, la pressione è avvertita maggiormente dalle ragazze e da coloro che frequentano un liceo⁹.

Tab. 4 - Quanto ti senti stressato per il lavoro che fai a scuola - differenze di genere e tipo di scuola (%)

	Genere		Tipo di scuola	
	Maschi	Femmine	Licei	Ist.tecnici/prof.li
	n=499	n=613	n=537	n=575
Molto	23	35	35	24
Abbastanza	51	48	48	50
Poco	22	16	15	22
Per niente	4	2	2	4

⁸ Differenze Licei e Istituti tecnici-professionali: $\chi^2=9.12$; gdl=3; $p=.028$.

⁹ Differenze M e F: $\chi^2=21.87$; gdl=3; $p=.000$. Differenze Licei e Istituti tecnici-professionali: $\chi^2=23.49$; gdl=3; $p=.000$.



3.1.2 Il tempo libero

La possibilità di svolgere attività piacevoli e di divertirsi incide sul benessere degli adolescenti, costituendo un elemento rilevante della loro felicità (Barbero Vignola et al., 2016). Pertanto, è stato chiesto agli intervistati di rispondere a una serie di domande riguardanti la gestione del loro tempo libero.

Come si evince dalla tabella 5, le attività legate a Internet e alle nuove tecnologie sono ampiamente consolidate: la maggior parte degli intervistati naviga sul web e chatta con Whatsapp o altre app quasi ogni giorno. La dimensione ludica dell'utilizzo dei media è meno presente: quasi la metà degli studenti gioca con il computer e con i videogiochi almeno una volta a settimana mentre il gioco d'azzardo, nelle sue diverse forme, è pressoché assente. Gli adolescenti cuneesi, inoltre, nel tempo libero si dedicano allo sport e, in misura minore, ad altri hobby quali suonare uno strumento, cantare, disegnare. La metà del campione legge libri al di fuori di quelli scolastici almeno 1-2 volte al mese, l'altra metà dichiara di non farlo mai o solo saltuariamente. Per quanto attiene l'ambito ricreativo le uscite serali sembrano avere una frequenza settimanale, essendo probabilmente concentrate nei fine settimana. Infine, la dimensione dell'impegno politico e sociale non risulta particolarmente pregnante, sebbene quasi un quarto dei giovani si dedichi ad attività di volontariato almeno 1-2 volte al mese e più di un terzo ad attività legate a gruppi politici, religiosi, scout, associazioni con la stessa frequenza. L'attivismo politico e sociale appare più diffuso del volontariato, di stampo laico o religioso.

Tab. 5 - Con quale frequenza ti capita di fare le seguenti cose? (%)

	Quasi ogni giorno	Almeno 1 volta a settimana	1-2 volte al mese	Poche volte l'anno	Mai
Chattare con whatsapp e altre app	96	2	1	0	1
Navigare in internet	85	11	2	1	1
Attività sportive	38	38	8	9	7
Altri hobby	28	25	14	13	20
Leggere libri	19	10	18	30	23
Giocare con il computer e con i videogiochi	17	26	16	22	19
Uscire la sera	7	46	28	13	6
Attività di impegno politico e sociale	2	18	13	17	50
Attività di volontariato	1	10	12	31	46
Giocare alle nuove slot machine	1	0	1	3	95
Fare giochi con cui si vincono o si perdono soldi	1	2	2	6	89

Di seguito, si prendono in considerazione le singole attività, valutando le eventuali differenze di genere e il tipo di scuola frequentato.

Computer e videogiochi

I ragazzi di oggi vivono immersi nella realtà virtuale, costituendo la generazione dei "sempre connessi" (Barbero Vignola et al., 2016). La ricerca conferma la presenza costante della tecnologia nella quotidianità degli adolescenti: computer e videogiochi sono parte integrante delle vite dei ragazzi del campione.



Il **43%** del campione riferisce di **giocare al computer almeno una volta a settimana**; il 16% lo fa 1-2 volte al mese, il 22% poche volte l'anno. Poco meno di uno su cinque, infine, dichiara di non giocare mai.

Sono significative le differenze sia tra ragazzi e ragazze, sia rispetto al tipo di scuola frequentata (Tab. 6). Il 29% dei ragazzi riporta di giocare ai videogiochi quasi ogni giorno e il 35% almeno una volta a settimana, a fronte dell'8% delle ragazze che gioca quasi ogni giorno e il 19% una volta a settimana. Anche rispetto al tipo di scuola frequentata, i ragazzi degli istituti tecnici e professionali trascorrono con maggior frequenza il proprio tempo al computer¹⁰.

Tab. 6 - Con quale frequenza giochi con il computer/videogiochi - differenze di genere e tipo di scuola (%)

	Genere		Tipo di scuola	
	Maschi	Femmine	Licei	Ist.tecnici/ prof.li
	n=499	n=613	n=537	n=575
Mai	10	25	20	17
Poche volte l'anno	13	30	26	19
1 - 2 volte al mese	13	18	17	15
Almeno 1 volta a settimana	35	19	21	30
Quasi ogni giorno	29	8	16	19

Navigare in Internet

In linea con i risultati dello studio Zancan e dello studio Espad Italia¹¹ (Luppi et al., 2016), **navigare su Internet è un'attività quotidiana** per la maggioranza dei membri del campione. Si tratta, peraltro, di un atteggiamento trasversale al genere e ai tipi di istituto: non emergono differenze significative tra ragazzi e ragazze, entrambi riportano di navigare quasi ogni giorno (F=87% , M=81%) e non differiscono rispetto alla scuola frequentata.

Comunicare con gli altri attraverso conversazioni online è un'abitudine diffusa nel campione. Alla domanda sulla frequenza del "chattare" non emergono differenze significative: sia i maschi che le femmine **chattano quasi ogni giorno** (M=95% e F= 97%), così come i liceali (96%) e gli studenti degli istituti tecnici-professionali (97%).

Per quanto riguarda il tipo di strumenti utilizzati per comunicare con gli amici "online", emerge il ruolo centrale di **WhatsApp**, il cui uso è riportato dall'88% dei giovani, soprattutto dai ragazzi. Il 75% usa anche **Instagram**, in particolare chi frequenta un istituto tecnico-professionale. Appaiono residuali gli altri social network; Facebook non è particolarmente diffuso: solo il 23% degli intervistati dichiara di guardare assiduamente il proprio profilo. Stesso discorso per Ask, utilizzato da un'analoga percentuale di ragazzi, soprattutto di sesso femminile, e per Snapchat, usato dal 32% del campione, in particolare da ragazze e liceali. Non sono considerati canali privilegiati di comunicazione con gli amici "online" né Skype né Twitter. Circa metà del campione non comunica solitamente con persone che non conosce, mentre l'altra metà riferisce di avere contatti online anche con persone sconosciute nella vita reale.

¹⁰ Differenze M e F: $\chi^2=167,86$; gdl=4, p=.000. Differenze Licei e Istituti tecnici-professionali: $\chi^2=18,8$; gdl=4, p=.002

¹¹ Lo Studio Espad Italia è un'indagine sul consumo di sostanze e sui comportamenti a rischio nella popolazione studentesca, del Consiglio Nazionale delle Ricerche - Istituto di Fisiologia Clinica. L'indagine è parte del progetto ESPAD (*The European School Survey Project on Alcohol and Other Drugs*) studio transnazionale sull'uso di alcol, tabacco e altre sostanze psicoattive tra la popolazione di studenti europei di età compresa tra i 15 e i 16 anni. Il campione italiano è composto di studenti dai 15 ai 19 anni, ai quali ogni anno è somministrato un questionario in classe. Ulteriori informazioni sono disponibili sul sito <http://www.epid.ifc.cnr.it>.



Giocare d'azzardo

La maggior parte degli intervistati (95%) riferisce di **non giocare mai alle slot machine**; tuttavia, seppure in percentuale molto ridotta, sono emerse differenze legate al genere: il 5% dei ragazzi gioca poche volte l'anno rispetto al 2% riportato dalle ragazze.

In linea con quanto riportato dallo studio Zancan, **l'89% del campione non ha mai fatto giochi in cui si vincono soldi**; tuttavia, anche in questo caso è risultata significativa la differenza di genere: il 9% dei maschi ha giocato poche volte l'anno, contro il 4% delle ragazze. Il risultato è anche coerente con i dati dell'ultimo rapporto Espad Italia.

Attività sportive

Le attività sportive e all'aperto, oltre a incidere positivamente sulla salute degli adolescenti, costituiscono importanti occasioni di socializzazione con i pari. **Buona parte degli adolescenti cuneesi svolge attività sportiva almeno una volta a settimana** (76%).

Rispetto allo sport, emerge una differenza significativa tra ragazzi e ragazze e tra i due tipi di istituto (Tab. 7). Si tratta di una pratica più diffusa tra i ragazzi: il 53% dei maschi, infatti, svolge sport quasi ogni giorno, contro il 26% delle ragazze. Tra queste ultime, invece, prevale l'attività sportiva almeno una volta alla settimana (44%); sono i liceali, infine, a fare attività sportiva quasi ogni giorno¹².

Tab. 7 - Con quale frequenza partecipi ad attività sportive - differenze di genere e tipo di scuola (%)

	Genere		Tipo di scuola	
	Maschi	Femmine	Licei	Ist.tecnici/ prof.li
	n=499	n=613	n=537	n=575
Mai	5	9	6	8
Poche volte l'anno	6	11	7	11
1- 2 volte al mese	5	10	7	8
Almeno 1 volta a settimana	31	44	37	39
Quasi ogni giorno	53	26	42	35

Volontariato

Il volontariato non appare un'attività rilevante per gli adolescenti cuneesi, solo uno su dieci dichiara un impegno regolare (almeno una volta a settimana). Circa la metà del campione non si occupa di iniziative volontarie e chi vi si dedica, lo fa in modo prevalentemente saltuario.

Inoltre, non sono emerse differenze di genere statisticamente significative: il 50% dei ragazzi e il 44% delle ragazze non svolge mai attività di questo tipo, il 30% dei maschi e il 32% delle femmine poche volte l'anno, 12% di entrambi i sessi almeno 1 volta al mese. Per quanto riguarda il tipo di scuola frequentato, sono gli studenti del liceo a impegnarsi in attività di volontariato poche volte l'anno o 1-2 volte al mese, mentre un numero maggiore di ragazzi provenienti da un istituto tecnico o professionale non svolge mai questo tipo di attività.

Impegno politico e sociale

Il 50% del campione totale dichiara un qualche livello di impegno politico o sociale (ad esempio la frequentazione di un gruppo religioso, degli scout, di associazioni, gruppi politici) prevalente tra le ragazze e gli studenti dei licei¹³.

¹² Differenze M e F: $\chi^2=87.11$; gdl=4, p=.000. Differenze Licei e Istituti tecnici-professionali: $\chi^2=9.3$; gdl=4, p=.05

¹³ Differenze M e F: $\chi^2=19.04$; gdl=4, p=.001. Differenze Licei e Istituti tecnici-professionali: $\chi^2=17.05$; gdl=4, p=.002

**Tab. 8 - Con quale frequenza partecipi ad attività politiche o sociali - differenze di genere e tipo di scuola (%)**

	Genere		Tipo di scuola	
	Maschi	Femmine	Licei	Ist.tecnici/ prof.li
	n=499	n=613	n=537	n=575
Mai	54	47	44	56
Poche volte l'anno	17	16	18	15
1- 2 volte al mese	14	12	15	12
Almeno 1 volta a settimana	13	23	22	16
Quasi ogni giorno	2	2	2	2

Leggere libri

La lettura è un'abitudine che prevale nuovamente tra le ragazze e gli studenti liceali.

Nello specifico, il 28% delle ragazze legge per piacere quasi ogni giorno, rispetto al 7% dei ragazzi. Il 36% dei ragazzi riferisce di non leggere mai, contro il 13% delle coetanee; sono gli studenti liceali a leggere maggiormente per svago quasi ogni giorno (Licei=24%, Istituti tecnici-professionali= 15%) o almeno una volta a settimana (Licei=13%, Istituti tecnici-professionali=7%).

Altri hobby

Gli altri hobby, quali suonare uno strumento, cantare, disegnare o scrivere non sono particolarmente diffusi all'interno del campione.

Emerge di nuovo un maggiore coinvolgimento da parte delle ragazze e degli studenti del liceo: le ragazze dedicano tempo quasi ogni giorno a tali attività in percentuale maggiore rispetto ai ragazzi (F=31%; M=23%); questi ultimi, a loro volta, riportano più frequentemente di non dedicarsi mai a hobby particolari (M=28%; F=14%).

Più di un terzo degli studenti del liceo si svaga quasi ogni giorno con attività espressive e musicali, a fronte di un quarto degli studenti degli istituti tecnici e professionali, che, a loro volta, non lo fanno mai con una frequenza maggiore (Licei=13%; Istituti tecnici-professionali=27%).

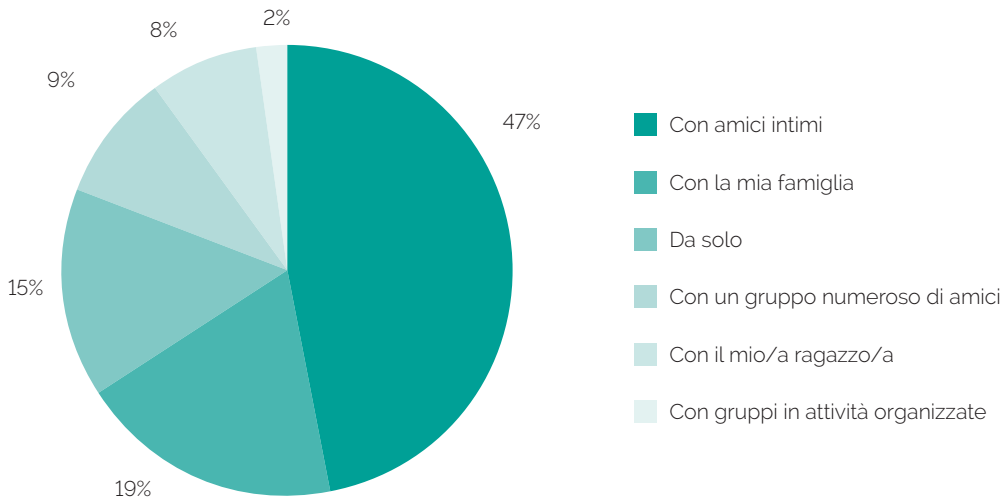
Uscire la sera

Probabilmente per effetto della giovane età, **uno studente su cinque esce poco o per nulla.**

Circa la metà del campione (46%) riferisce di uscire almeno una volta a settimana, seguito dal 28% che esce qualche volta al mese, il 13% poche volte l'anno, il 6% quasi ogni sera e la stessa percentuale di giovani dice di non uscire mai di sera. Sono soprattutto i ragazzi rispetto alle coetanee a uscire almeno una volta a settimana.

La gestione del tempo libero

Al fine di valutare il tipo di relazioni privilegiate dai giovani al di fuori della scuola, è stato chiesto agli studenti di riportare con chi trascorrono la maggior parte del loro tempo libero. Secondo lo studio Zancan gli amici sono la prima fonte di felicità degli intervistati, seguiti dalla famiglia e dall'amore. Per quanto riguarda il nostro campione **quasi metà degli intervistati (47%) trascorre il proprio tempo libero con amici intimi**; circa un quinto (19%) con la propria famiglia; il 15% da solo; il 9% con un gruppo numeroso di amici; l'8% con il proprio ragazzo/a. Infine una percentuale marginale (2%) frequenta gruppi o attività organizzate.

**Fig. 3 - Con chi trascorri la maggior parte del tempo libero**

Sono emerse differenze significative sia legate al genere sia al tipo di scuola frequentato (Tab. 9). Le ragazze trascorrono una percentuale di tempo maggiore in famiglia rispetto ai coetanei, laddove questi ultimi alternano anche momenti da trascorrere insieme a un gruppo più numeroso di amici a differenza delle coetanee. Gli studenti degli istituti tecnici-professionali riferiscono di trascorrere più tempo libero con la propria famiglia rispetto ai coetanei che frequentano il liceo. Sono i liceali, in particolare, a privilegiare relazioni amicali più intime rispetto ai compagni degli istituti tecnici-professionali¹⁴.

Tab. 9 - Con chi trascorri la maggior parte del tuo tempo libero - differenze di genere e tipo di scuola (%)

	Genere		Tipo di scuola	
	Maschi	Femmine	Licei	Ist. tecnici/ prof.li
	n=499	n=613	n=537	n=575
Da solo/a	16	14	16	14
Con il mio/a ragazzo/a	6	9	7	8
In famiglia	17	21	16	22
Relazioni amicali intime	47	47	50	44
Gruppo numeroso di amici	12	7	9	10
In gruppi di attività organizzate	2	2	2	2

La maggior parte (92%) degli studenti riferisce di far parte di un gruppo di amici.

Le attività prevalenti sono passeggiate e uscite (in piazza, presso locali, al cinema), seguite dalle chiacchierate presso l'abitazione di un amico/a. Analogamente alle dimensioni ridotte del gruppo di amici, emerge una dimensione intimista anche nel modo di trascorrere il tempo libero, che privilegia contesti prevalentemente domestici. Sono emerse anche in questo caso differenze statisticamente significative sia rispetto al genere (Tab. 10) sia rispetto al tipo di scuola frequentato (Tab. 11). I ragazzi fanno sport con gli amici in misura maggiore rispetto alle coetanee; queste ultime preferiscono chiacchierare a casa dell'uno o dell'altro. La maggior parte del campione riferisce di non studiare con i propri amici, ma lo fanno soprattutto le ragazze.



Tab. 10 - Cosa fate solitamente quando siete insieme - differenze di genere (%)

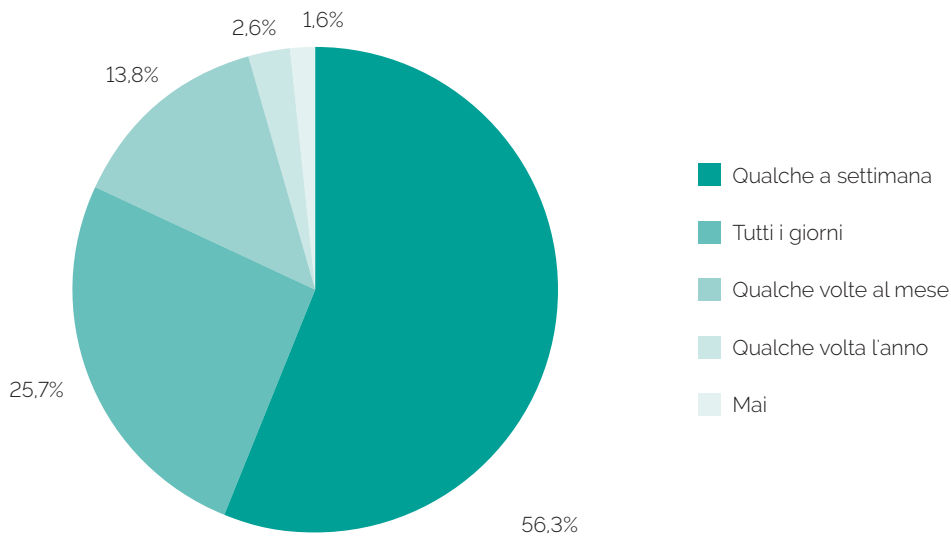
		Genere		Test del Chi quadrato (p)
		Maschi	Femmine	
		n=499	n=613	
Usciamo (passeggiate, cinema, locali...)	No	6	5	$\chi^2 = 11.05$; gdl=2; p=.004
	Sì	91	88	
Studiamo	No	77	65	$\chi^2 = 21.7$; gdl=2; p=.000
	Sì	20	28	
Sport/attività fisica	No	40	48	$\chi^2 = 21.5$; gdl=2; p=.000
	Sì	57	44	
Giochiamo ai videogiochi/pc	No	53	66	$\chi^2 = 43.3$; gdl=2; p=.000
	Sì	44	26	
Chiacchieriamo a casa di uno o dell'altro	No	15	9	$\chi^2 = 15.4$; gdl=2; p=.000
	Sì	82	83	

Il 33% dei liceali studia insieme ai propri amici, mentre solo il 17% di coloro che frequentano un istituto tecnico o professionale riporta di incontrarsi per studiare (Tab. 11). Questi ultimi preferiscono giocare con gli amici ai videogiochi o al computer.

Tab. 11 - Cosa fate solitamente quando siete insieme - differenze per tipo di scuola (%)

		Tipo di scuola		Test del Chi quadrato (p)
		Licei	Ist. tecnici/ prof.li	
		(n=537)	(n=575)	
Usciamo (passeggiate, cinema, locali...)	No	5	5	$\chi^2 = .866$; gdl=2; p=n.s.
	Sì	88	90	
Studiamo	No	62	78	$\chi^2 = 39.3$; gdl=2; p=.000
	Sì	33	17	
Sport/attività fisica	No	46	43	$\chi^2 = 1.99$; gdl=2; p= n.s.
	Sì	48	52	
Giochiamo ai videogiochi/pc	No	67	54	$\chi^2 = 27.7$; gdl=2; p=.000
	Sì	26	41	
Chiacchieriamo a casa di uno o dell'altro	No	11	12	$\chi^2 = .83$; gdl=2; p=n.s.
	Sì	82	82	

Per quanto riguarda la frequenza con cui gli intervistati incontrano amici o compagni di scuola, più della metà del campione li frequenta qualche volta a settimana e un quarto tutti i giorni (Fig. 4), confermando la rilevanza dei rapporti tra pari nel tempo libero.

**Fig. 4 - Nel tuo tempo libero con quale frequenza vedi amici o compagni di scuola**

Sono emerse differenze statisticamente significative anche in questo ambito: in linea generale, **i ragazzi frequentano amici e compagni di scuola più spesso delle coetanee**. Per quanto riguarda il tipo di scuola, la frequentazione del liceo pare ridurre la possibilità di incontrare gli amici tutti i giorni¹⁵ (Tab. 12).

Tab. 12 - Nel tuo tempo libero con quale frequenza vedi amici o compagni di scuola - genere e tipo di scuola (%)

	Genere		Tipo di scuola	
	Maschi	Femmine	Licei	Ist. Tecnici/ prof.li
	(n=499)	(n=613)	(n=537)	(n=575)
Tutti i giorni	33	20	23	29
Qualche volta a settimana	52	60	59	54
Qualche volta al mese	10	17	15	13
Qualche volta all'anno	3	2	3	2
Mai	1	2	1	2

I genitori sembrano esercitare un certo controllo sulle uscite dei figli. Infatti, la maggior parte dei ragazzi intervistati afferma di essere piuttosto libero di uscire, ma alle condizioni dettate dai genitori, mentre un terzo dichiara di poter gestire la propria vita sociale liberamente (Tab. 13).

Tab. 13 - Quanto sei libero di uscire (%)

I miei genitori non me lo consentono	2
Quando voglio	30
Alle condizioni dettate dai miei genitori	68

Per quanto riguarda le differenze di genere, **la famiglia sembra essere più attenta alla vita sociale delle figlie femmine**: il 33% dei maschi può uscire quando vuole, contro il 27% delle femmine.

¹⁵ Differenze M e F: $\chi^2=34.6$; gdl=4, p=.000. Differenze Licei e Istituti tecnici-professionali: $\chi^2=10$; gdl=4, p=.040



3.1.3 Il livello di soddisfazione

Per valutare il livello di soddisfazione della vita dei ragazzi cuneesi sono stati presi in considerazione numerosi ambiti: famiglia, tempo libero, salute, rapporto con i coetanei, condizioni economiche, luogo di vita, aspetto fisico, amore. Come si evince dalla tabella seguente (Tab. 14) **il livello di soddisfazione** espresso dagli adolescenti è **alto per quanto concerne il proprio benessere psicofisico e relazionale**: sono molto soddisfatti della loro salute quasi sette intervistati su dieci, dei rapporti con i coetanei e con la famiglia quasi sei su dieci. Gli intervistati, inoltre, manifestano un buon apprezzamento nei confronti del tempo libero e del luogo in cui vivono, inteso come paese o quartiere di residenza. Il gradimento decresce nei confronti delle proprie condizioni economiche, per ridursi drasticamente in corrispondenza dell'aspetto fisico, segno probabile dell'insicurezza adolescenziale, e delle relazioni amorose, che forse ancora non interessano buona parte dei ragazzi in questa fascia di età.

Tab. 14 - Quanto sei soddisfatto? (%)

	Molto soddisfatto	Indifferente	Insoddisfatto	Molto insoddisfatto
Salute	69	21	7	3
Rapporti con i coetanei	59	30	8	3
Rapporti con la famiglia	57	25	12	6
Paese/quartiere in cui vivi	49	31	12	8
Tempo libero	48	32	14	6
Condizioni economiche	41	45	10	4
Aspetto fisico	26	41	23	10
Amore	21	31	23	25

Di seguito si approfondiscono le singole aree tematiche, distinguendo i risultati per genere e tipo di scuola frequentato.

Salute

Lo Studio Zancan evidenzia che un adolescente su dieci mette la salute al primo posto tra le cose più importanti per essere felici. **Il 69% del nostro campione si ritiene molto soddisfatto della propria salute**, è indifferente il 21%, insoddisfatto il 7% e infine molto insoddisfatto solo il 3%. In sintesi, uno su dieci non è soddisfatto.

Rapporti con i coetanei

Il 59% del campione è molto soddisfatto delle relazioni con gli amici, seppure un 30% si dimostri indifferente a tale proposito; l'8% è insoddisfatto e il 3% molto insoddisfatto. Anche rispetto ai rapporti con i coetanei, come per i rapporti familiari, sono molto più soddisfatti i ragazzi delle ragazze¹⁶, mentre non sono emerse differenze tra licei e istituti tecnici-professionali (Tab. 15).

16 Differenze M e F: $\chi^2=10.46$; gdl=3, p=.015.



Tab. 15 - Quanto sei soddisfatto dei tuoi rapporti con i coetanei – differenze di genere (%)

	Maschi	Femmine
Molto soddisfatto	63	56
Indifferente	29	32
Insoddisfatto	5	9
Molto insoddisfatto	3	3

Rapporti con la famiglia

La famiglia rappresenta uno dei principali contesti nei quali gli adolescenti imparano a rinegoziare il loro ruolo sociale, bilanciando richieste interne e aspettative esterne. Tra i cambiamenti più rilevanti del periodo adolescenziale e preadolescenziale si annovera la ridefinizione dei rapporti con i genitori, a fronte di un maggiore investimento nelle relazioni con i pari. Ciononostante, la natura e la qualità delle relazioni che i ragazzi instaurano con i genitori incide sul loro benessere (Cavallo et al., 2014).

In generale, **il 57% del campione** è molto soddisfatto dei rapporti in famiglia. Sono quasi uno su cinque i ragazzi che giudicano negativamente i rapporti con la famiglia, ma anche il giudizio indifferente non sembra troppo lusinghiero. Sono emerse differenze significative legate al genere, ma non al tipo di scuola (Tab. 16). Una percentuale maggiore di ragazzi, rispetto alle coetanee, si considera molto soddisfatto dei rapporti con la famiglia¹⁷.

Tab. 16 - Quanto sei soddisfatto dei rapporti con la famiglia – differenze di genere (%)

	Maschi	Femmine
Molto soddisfatto	60	56
Indifferente	27	24
Insoddisfatto	10	13
Molto insoddisfatto	3	7

Luogo di vita

Quasi la metà del campione (49%) è molto soddisfatto del paese o del quartiere in cui vive, il 31% è indifferente, il 12% insoddisfatto e il 8% molto insoddisfatto. Rispetto alle differenze di genere, i ragazzi si trovano molto bene nel proprio quartiere, mentre le ragazze sono maggiormente indifferenti o insoddisfatte del luogo in cui vivono. Anche gli studenti che provengono da un istituto tecnico-professionale sono più soddisfatti rispetto ai liceali¹⁸ (Tab. 17).

Tab. 17 - Quanto sei soddisfatto del luogo di vita – differenze di genere e tipo di scuola (%)

	Genere		Tipo di scuola	
	Maschi	Femmine	Licei	Ist. tecnici/ prof.li
Molto soddisfatto	57	42	44	53
Indifferente	29	33	33	29
Insoddisfatto	7	15	13	10
Molto insoddisfatto	7	10	10	8

¹⁷ Differenze M e F: $\chi^2=11.79$; gdl=3, p=.008.

¹⁸ Differenze M e F: $\chi^2=31.48$; gdl=3, p=.000. Differenze Licei e Istituti tecnici-professionali: $\chi^2=9.22$; gdl=3, p=.027



Tempo libero

Circa la metà (il 48% del campione) è molto soddisfatto del proprio tempo libero, risulta indifferente il 32%, è insoddisfatto il 14% e molto insoddisfatto il 6%. Anche in questo caso un intervistato su cinque esprime insoddisfazione.

Si differenziano significativamente i maschi e le femmine (Tab. 18)¹⁹; i ragazzi sono molto più soddisfatti del proprio tempo libero, mentre un numero ampio di ragazze riferisce anche di essere indifferente o molto insoddisfatta.

Tab. 18- Quanto sei soddisfatto del tuo tempo libero – differenze di genere (%)

	Maschi	Femmine
Molto soddisfatto	55	42
Indifferente	29	34
Insoddisfatto	11	17
Molto insoddisfatto	5	7

Condizioni economiche

Secondo lo studio HBS La posizione socio-economica della famiglia è un'altra dimensione della vita familiare in grado di influenzare il benessere degli adolescenti, da un lato incidendo sulla qualità delle relazioni con i genitori e dall'altro sullo stile di vita adottato dai giovani.

All'interno del campione, il 45% degli studenti risulta indifferente rispetto alle proprie condizioni economiche, il **41%** è invece **molto soddisfatto**, il 10% insoddisfatto e il 4% molto insoddisfatto.

Non si riscontrano differenze tra ragazzi e ragazze, mentre emergono tra studenti del liceo e degli istituti tecnici-professionali in direzione diversa da quanto ci si potrebbe attendere (Tab. 19): questi ultimi infatti risultano molto soddisfatti in percentuale lievemente più alta rispetto ai loro coetanei²⁰.

Tab. 19 - Quanto sei soddisfatto delle tue condizioni economiche – differenze tipo di scuola (%)

	Licei	Ist. tecnici/prof.li
Molto soddisfatto	41	42
Indifferente	45	45
Insoddisfatto	11	8
Molto insoddisfatto	3	5

Aspetto fisico

In linea con i risultati dello studio della Fondazione Zancan **il livello di insoddisfazione cresce quando si affronta il tema dell'aspetto fisico**. Infatti solo uno su quattro intervistati si ritiene molto soddisfatto (26%), il 41% non sembra essere particolarmente interessato al proprio aspetto fisico, mentre **il 23% riferisce, al contrario, di essere insoddisfatto e il 10% molto insoddisfatto**. Anche in questo caso emergono delle differenze, più pronunciate rispetto agli altri ambiti (Tab. 20): sono significativamente molto soddisfatti i ragazzi rispetto alle ragazze che si percepiscono insoddisfatte o molto insoddisfatte nei confronti del proprio aspetto fisico. Per quanto riguarda il tipo di scuola sono di nuovo più soddisfatti i ragazzi degli istituti tecnici²¹.

¹⁹ Differenze M e F: $\chi^2=20.08$; gdl=3, p=.000.

²⁰ Differenze Licei e Istituti Tecnici-professionali: $\chi^2=7.69$; gdl=3, p=.053.

²¹ Differenze M e F: $\chi^2=90.09$; gdl=3, p=.000. Differenze Licei e Istituti tecnici-professionali: $\chi^2=10.48$; gdl=3, p=.015



Tab. 20 – Quanto sei soddisfatto del tuo aspetto fisico – differenze di genere e tipo di scuola (%)

	Genere		Tipo di scuola	
	Maschi	Femmine	Licei	Ist.tecnici/ prof.li
Molto soddisfatto	35	19	22	29
Indifferente	47	37	42	41
Insoddisfatto	13	30	26	19
Molto insoddisfatto	5	14	10	11

Relazioni sentimentali

L'ultimo ambito considerato, per indagare i livelli di soddisfazione dei giovani, è relativo alle relazioni sentimentali. In linea generale, il 31% si dimostra indifferente, il 25% è molto insoddisfatto, il 23% insoddisfatto e infine il **21% è molto soddisfatto dell'amore, con significative differenze di genere**: sono infatti **le ragazze a riportare maggiore insoddisfazione** in tale ambito, mentre i ragazzi si percepiscono più indifferenti rispetto alle coetanee. Infine, risultano nuovamente più soddisfatti delle relazioni sentimentali gli studenti degli istituti tecnici-professionali, i liceali invece riportano di essere molto insoddisfatti in misura più elevata dei coetanei (Tab. 21)²².

Tab. 21 - Quanto sei soddisfatto delle tue relazioni sentimentali – differenze di genere e tipo di scuola (%)

	Genere		Tipo di scuola	
	Maschi	Femmine	Licei	Ist.tecnici/ prof.li
Molto soddisfatto	21	21	19	24
Indifferente	37	25	28	33
Insoddisfatto	22	24	23	22
Molto insoddisfatto	20	30	30	21



3.1.4 La qualità delle relazioni

Per indagare gli aspetti relazionali sono state prese in considerazione tre scale relative alla relazione con la madre, con il padre e con gli amici ed è stato affrontato il fenomeno del bullismo.

La relazione con i genitori

La comunicazione familiare è un elemento fondamentale del benessere dei singoli; inoltre, la letteratura mostra come la qualità delle relazioni con i genitori sia associata a comportamenti di salute tra gli adolescenti (Cavallo et al., 2014). Per indagare la relazione con la madre e con il padre è stata utilizzata la stessa batteria di domande: metà è orientata in senso positivo, volta quindi ad approfondire la presenza di dialogo con i due genitori e la capacità di ognuno di fornire supporto emotivo ai propri figli. L'altra metà è orientata in senso negativo, al fine di rilevare eventuali tensioni e conflitti, nonché la percezione di trascuratezza da parte dei ragazzi.

Sia i ragazzi che le ragazze riferiscono di avere buone relazioni materne, circa il 60% degli intervistati dichiara che la madre li aiuta a conoscersi meglio e il 40% discute con lei delle proprie preoccupazioni (Tab. 22). Inoltre, più dell'85% del campione ritiene che la madre rispetti i propri sentimenti e, al contrario, percentuali piuttosto basse (8% e 11%) sono associate al desiderio di avere una madre diversa e alla percezione di uno scarso interesse materno. I livelli di conflittualità sono moderati, anche se quasi metà del campione riporta dissidi con la figura materna. Inoltre, quasi la metà del campione sostiene di non voler disturbare la madre con i propri problemi e di sentirsi imbarazzato a esporle le proprie difficoltà.

Tab. 22 - La relazione con la madre (%)

	Molto	Abbastanza	Poco	Per niente
Mia madre rispetta i miei sentimenti	49	37	9	5
Quando sono arrabbiato/a, cerca di essere comprensiva	30	37	20	13
Parlo con mia madre di problemi e preoccupazioni	24	26	36	14
Mia madre mi aiuta a conoscermi meglio	23	37	25	15
Quando parlo dei miei problemi mi sento imbarazzato/a	22	26	32	20
Mia madre ha i suoi problemi, così io non la disturbo con i miei	17	28	29	26
Mi arrabbio facilmente con mia madre	16	29	40	15
Mia madre non si cura molto di me	5	6	11	78
Se sa che c'è qualcosa che mi preoccupa si interessa del problema	4	9	26	61
Vorrei avere una madre diversa da quella che ho	4	4	11	81
Sono arrabbiato/a con mia madre	4	8	21	67

Sono emerse differenze statisticamente significative legate al genere, ma non al tipo di scuola frequentato. I maschi riportano relazioni positive con la madre in misura maggiore rispetto alle femmine (in un range che va da 11 a 44, i ragazzi presentano una media di 34 e le ragazze di 33).

In merito alla relazione paterna i valori di soddisfazione sono elevati, sebbene leggermente **più bassi rispetto alla relazione materna** (Tab. 23). I ragazzi presentano nuovamente medie più alte rispetto alle ragazze. La metà degli intervistati concepisce la figura paterna come funzionale a conoscersi meglio e una percentuale elevata, seppure inferiore a quella relativa alla figura materna, si sente rispettato dal padre nei propri sentimenti. Solo un terzo degli intervistati, tuttavia, dichiara di esporre al padre i propri problemi e preoccupazioni.



Anche in questo caso, il desiderio di avere un padre diverso è residuale (13%) mentre non si può dire altrettanto rispetto alla percezione della disaffezione paterna (il 19% degli intervistati ritiene che il padre si curi poco di lui/lei). I livelli di conflittualità sono moderati, anche se leggermente più elevati rispetto a quelli con la madre, tuttavia gli intervistati dichiarano di essere generalmente meno arrabbiati con la figura paterna rispetto alla materna, conseguenza probabile della minore frequenza di interazione con il padre.

Tab. 23 - La relazione con il padre (%)

	Molto	Abbastanza	Poco	Per niente
Mio padre rispetta i miei sentimenti	39	39	13	9
Se sa che c'è qualcosa che mi preoccupa si interessa del problema	34	35	18	13
Quando parlo dei miei problemi mi sento imbarazzato/a	30	25	26	19
Quando sono arrabbiato, cerca di essere comprensivo	29	34	20	17
Mio padre ha i suoi problemi, così io non lo disturbo con i miei	24	25	25	26
Mio padre mi aiuta a conoscermi meglio	15	34	26	25
Mi arrabbio facilmente con mio padre	15	22	37	26
Parlo con mio padre di problemi e preoccupazioni	11	24	34	31
Mio padre non si cura molto di me	8	11	18	63
Sono arrabbiato/a con mio padre	7	17	7	69
Vorrei avere un padre diverso da quello che ho	6	7	11	76

In generale, quindi, **gli intervistati prediligono la figura materna per parlare di problemi e preoccupazioni**, come emerge anche dal rapporto HBSC. La madre appare come una figura di riferimento capace di fornire supporto emotivo e con la quale è possibile dialogare con relativa facilità. I ragazzi, inoltre, sembrano sperimentare relazioni con i genitori più positive rispetto alle coetanee (Tab. 24)²³.

Tab. 24 - Relazione con i genitori (medie)

	Genere	
	Maschi (n=499)	Femmine (n=613)
Relazione con la madre	34	33
Relazione con il padre	33	30

La relazione con gli amici

Gli intervistati esprimono generalmente un buon livello di soddisfazione in merito alle relazioni con gli amici. Circa il 65% ritiene che gli amici lo aiutino a conoscersi meglio, l'84% si sente rispettato nei propri sentimenti e l'89% sostiene di essere accettato dagli amici. In modo speculare, una percentuale minoritaria (4%) sostiene di essere arrabbiato con i propri amici; una minoranza percepisce che gli amici non si curano di lui/lei.

²³ Modello Anova, relazione con la madre: TEST F=9.19, p=.002; relazione con il padre: TEST F=40.3, p=.000.



Sono emerse differenze significative legate al genere: in questo caso **sono le ragazze** a riportare medie più elevate rispetto ai ragazzi e **a sperimentare relazioni amicali maggiormente soddisfacenti e positive** (in un range che va da 12 a 60, i maschi riportano un valore di 46, a fronte di 49 delle femmine)²⁴.

La relazione con se stessi

Il livello di autostima espresso dagli intervistati è piuttosto elevato, in linea con i risultati dello studio della Fondazione Zancan.

La stragrande maggioranza del campione (88%) pensa di valere almeno quanto gli altri e la stessa percentuale ritiene di avere un certo numero di qualità (Tab. 25). Il 76% degli intervistati è soddisfatto di se stesso, tuttavia più della metà del campione a volte si sente inutile, quasi due terzi desidererebbe avere maggior rispetto di se stesso e circa un quarto pensa di non avere molto di cui essere fiero/a. Analogamente, il 16% è portato a ritenersi un fallimento, a fronte dell'84% che ritiene di essere in grado di fare le cose bene come la maggior parte delle persone.

Tab. 25 - Scala di autostima (%)

	Fortemente d'accordo	D'accordo	In disaccordo	Fortemente in disaccordo
Penso di valere almeno quanto gli altri	41	47	9	3
Penso di avere un certo numero di qualità	28	60	11	1
Ho un atteggiamento positivo verso me stesso	25	50	20	5
Sono in grado di fare le cose bene come la maggior parte delle persone	24	60	14	2
Complessivamente sono soddisfatto/a di me stesso/a	23	53	19	5
Desidererei avere maggior rispetto di me stesso/a	21	42	29	8
Senza dubbio a volte mi sento inutile	16	36	27	21
A volte penso di essere un buono a nulla	12	30	28	30
Penso di non avere molto di cui essere fiero/a	5	21	44	30
Sono portato a pensare di essere un vero fallimento	3	13	47	37



I ragazzi manifestano maggiore autostima rispetto alle ragazze, così come sono gli studenti che frequentano un istituto tecnico o professionale ad avere una buona fiducia nelle proprie capacità, in confronto ai liceali.

Seppure **i valori riferiti ai sentimenti depressivi siano abbastanza bassi**, e i giovani dichiarino di essersi sentiti giù di morale solo a volte, dai risultati della Scala dei Sentimenti Depressivi (Angold, Messer et al., 1995) sono emerse differenze significative di genere e per tipo di scuola frequentato: sono le ragazze a riportare valori leggermente più alti rispetto ai coetanei, mentre sono gli studenti che frequentano un liceo a sentirsi a volte tristi o inquieti con maggiore frequenza rispetto a coloro che frequentano un istituto tecnico-professionale (Tab. 26).

Tab. 26 - La relazione con se stessi: differenze di genere e tipo di scuola (medie)

	Genere			Tipo di scuola		
	Maschi	Femmine	Modello Anova Test F (p)	Licei	Ist. tecnici/ prof.li	Modello Anova Test F (p)
	(n=499)	(n=613)		(n=537)	(n=575)	
Autostima	31	28	F=98.8 p=.000	28	30	F=14.7 p=.000
Sentimenti depressivi	20	23	F=116.7 p=.000	22	21	F=21.3 p=.000

Il bullismo

Un altro aspetto indagato è relativo sia agli atti di bullismo subiti (vittimizzazione) sia compiuti nei confronti dei compagni, data la rilevanza del fenomeno rispetto all'insorgenza del ritiro sociale.

In generale, il fenomeno, misurato con una batteria di otto e nove domande, è poco presente tra i ragazzi intervistati.

La maggior parte degli adolescenti dichiara di subire episodi di bullismo qualche volta l'anno e, in un range di risposta da 8 a 40²⁵, la media è 15, pertanto non risultano particolarmente frequenti o pregnanti. Non sono inoltre emerse differenze statisticamente significative né legate al genere, né al tipo di scuola frequentato.

Tuttavia, se si osservano i singoli item, per quanto riguarda gli episodi di vittimizzazione, il 19% del campione subisce bugie, falsità o viene disprezzato più volte a settimana, il 16% è insultato o preso in giro, il 14% escluso o ignorato dal gruppo, il 9% infastidito con il computer e o con il cellulare o subisce scherzi di natura sessuale (Tab. 27). Molto rari sono invece episodi legati alla religione, alla nazionalità o all'orientamento sessuale, anche se il 7% dichiara di aver subito scherzi di natura sessuale.

²⁵ Il punteggio di 8 si riferisce alla possibilità di non aver mai subito alcun tipo di vessazione (se, quindi, si è risposto "mai" a tutti e 8 gli item) e 40 si ottiene in corrispondenza della risposta "tutti i giorni" a tutti i quesiti.



Tab. 27 - Ti è capitato di trovarti in queste situazioni (%)

	Tutti i giorni	Qualche volta a settimana	Qualche volta al mese	Qualche volta all'anno	Mai
Aver subito bugie, falsità o essere stato disprezzato	5	14	27	42	12
Essere escluso o ignorato dal gruppo	5	9	13	30	43
Essere insultato, offeso o preso in giro	4	12	17	39	28
Aver subito scherzi, gesti, commenti di natura sessuale	3	6	8	15	68
Aver subito scherzi, gesti, commenti di natura sessuale	3	4	8	12	73
Essere infastidito con il computer o con il cellulare	3	6	9	19	63
Essere preso in giro per la mia religione	1	1	2	3	93
Essere preso in giro per la mia nazionalità	1	1	2	6	90
Essere preso in giro per il mio orientamento sessuale	1	1	2	1	95

Per quanto riguarda gli episodi di prevaricazione compiuti, **insulti, offese e manifestazioni di disprezzo sono abbastanza diffusi** (il 64% dichiara di aver insultato o preso in giro qualcuno e il 60% di aver detto bugie o averlo/a disprezzato/a). Inoltre, dalla tabella 28 si evince la presenza non minoritaria di tentativi di esclusione dal gruppo di pari messi in atto dagli intervistati. Meno rilevanti, ma non trascurabili, le manifestazioni di violenza fisica nei confronti degli altri: quasi un quarto del campione ha calciato, spinto o rinchiuso qualcuno. In linea con i risultati relativi alla vittimizzazione, si tratta di episodi che non hanno a che fare con la discriminazione per nazionalità, religione e orientamento sessuale. Gli atti di vessazione rivolti a individui portatori di una di queste forme di diversità non sono frequenti, anche se coinvolgono percentuali di giovani comprese tra il 17% e l'8%. Nello specifico, gli scherzi e i commenti di natura sessuale non appaiono così residuali, così come le prese in giro legate alla nazionalità, mentre il mancato rispetto delle tradizioni religiose altrui si verifica raramente.



Tab. 28 - Ti è capitato di compiere uno di questi atti (%)

	Si	No
Ho insultato, offeso o preso in giro qualcuno	64	36
Ho detto bugie, falsità o ho disprezzato qualcuno	60	40
Ho escluso o ignorato qualcuno del gruppo	41	59
Ho colpito, calciato, spinto o rinchiuso qualcuno	24	76
Ho fatto scherzi, gesti, commenti di natura sessuale	17	83
Ho preso in giro qualcuno per la sua nazionalità	15	85
Ho infastidito qualcuno con il computer o cellulare	15	85
Ho preso in giro qualcuno per il suo orientamento sessuale	11	89
Ho preso in giro qualcuno per la sua religione	8	92

Sono risultate significative le differenze di genere e relative al tipo di scuola frequentato: a fronte di valori generalmente poco elevati, i ragazzi e gli studenti degli istituti tecnici-professionali presentano medie più alte, dimostrando di aver compiuto un numero di offese maggiore rispetto alle ragazze e agli studenti dei licei. In un range da 0 a 9, i ragazzi presentano un punteggio pari a 3, mentre le ragazze pari a 2²⁶, agli studenti dei tecnici-professionali è associato il valore 3, a quelli dei licei 2²⁷.

26 M=3, con d.s 2,2; F =2; con d.s.1,5.

27 Licei= 2, con d.s. 1,9; Istituto tecnici-professionali= 3, con d.s.1,9.



3.1.5 Internet e i social

3.1.5.1 Il tempo, Internet e i social

È stato chiesto agli intervistati di quantificare il tempo trascorso su Internet in una "giornata tipo", negli ultimi 30 giorni, a svolgere diversi tipi di attività: usando i social network; facendo giochi online (di strategia, di ruolo, con le parole, solitario, biliardo); facendo giochi in cui si possono vincere soldi (quali poker, gratta e vinci, dadi, new slot); leggendo, navigando, cercando informazioni; scaricando musica, video o film; cercando, vendendo e comprando prodotti, giochi, libri²⁸.

In linea con quanto riportato precedentemente, **l'attività meno diffusa** nel campione **appare il gioco d'azzardo online**, praticato da una minoranza degli intervistati. Inoltre, **un terzo del campione utilizza Internet per svolgere giochi online** (di guerra, di strategia) e il 16% **per vendere, comprare giochi o prodotti**. **Scaricare contenuti risulta abbastanza praticato**, anche se non per numerose ore al giorno. **Buona parte dei giovani utilizza il web per informarsi e cercare informazioni**, dedicandovi da 1 a 3 ore al giorno. Infine, **gli studenti trascorrono la maggior parte del tempo online usando i social network**, con una percentuale marginale di giovani che negli ultimi 30 giorni vi ha avuto accesso meno di un'ora (Tab. 29). Tali risultati sono in linea con l'ultimo rapporto Espad Italia che mette al primo posto l'accesso alla rete per chat e social network, seguito da ricerche e lettura dei quotidiani, scaricare film e musica, giocare a giochi di ruolo e di abilità.

Tab. 29 - Negli ultimi 30 giorni, quante ore hai trascorso (se lo hai fatto) su Internet in una giornata tipo? (%)

	Da 4 a 6 o più ore al giorno	Da 1 a 3 ore	Nessuna/ mezzora
Usando social networks	37	53	10
Leggendo, navigando, cercando informazioni, ecc.	13	51	36
Scaricando musica, video, film, ecc.	12	41	47
Facendo giochi online	7	22	71
Cercando, vendendo o comprando prodotti, giochi, libri, ecc.	3	13	84
Facendo giochi in cui si possono vincere soldi	1	2	97

L'uso di social network, occupazione quotidiana della maggioranza dei giovani, impegna in particolare le ragazze, che trascorrono sui social network un numero maggiore di ore al giorno, come evidenzia la tabella 30²⁹.

²⁸ Le modalità di risposta alla domanda: "Negli ultimi 30 giorni, quante ore hai trascorso (se lo hai fatto) su Internet in una giornata tipo?" erano le seguenti: "nessuna"; "mezzora o meno"; "circa 1 ora"; "circa 2-3 ore"; "circa 4-5 ore"; "6/+ore". Tali modalità sono state ricodificate, per esigenze di sintesi, in "al massimo un'ora", "da 1 a 3 ore", "da 4 a 6 ore".

²⁹ Differenze M e F: $\chi^2=63.59$; gdl=5, p=.000

**Tab. 30 - Negli ultimi 30 giorni, quante ore hai trascorso su Internet usando i social – differenze di genere (%)**

	Maschi	Femmine
	(n=499)	(n=613)
Nessuna	3	0
Mezzora o meno	14	6
Circa 1 ora	30	21
Circa 2-3 ore	27	29
Circa 4-5 ore	14	22
6 o più ore	13	23

3.1.5.2 Con chi

E' stato chiesto agli studenti di indicare con chi utilizzano Internet: **il 94% dei giovani usa Internet** prevalentemente **da solo**, in particolare le ragazze; il 79% anche con gli amici (in questo caso non sono emerse differenze statisticamente significative). Il 54% riporta di non usarlo mai con i genitori, mentre il 56% naviga con fratelli o sorelle.

3.1.5.3 Cosa si fa sui social

E' stato chiesto ai giovani di riferire per quali attività usano i social media, poiché questi ultimi, in linea con la letteratura, costituiscono il principale accesso a Internet degli intervistati. I social sono ampiamente utilizzati con finalità interattive: per comunicare con amici e conoscenti, per scambiare informazioni e contenuti di interesse, è meno frequente l'uso con obiettivi meramente espressivi (esprimere la propria opinione e conoscere quella altrui) e risulta residuale la funzione ludica (Tab. 31).

Tab. 31 - lo uso i social per (%)

	Sempre	Abbastanza spesso	Ogni tanto	Raramente	Mai
Parlare con gli "amici"/users	52	26	11	7	4
Cercare informazioni o contenuti di interesse	42	37	13	5	3
Scambiare informazioni o contenuti di interesse	34	39	17	6	4
Osservare e/o sapere cosa gli "amici"/users stanno facendo	20	26	20	19	15
Conoscere l'opinione degli altri "amici"/users	19	28	25	16	12
Esprimere la mia opinione	18	27	26	17	12
Giocare online con gli "amici"/users	9	11	13	21	46
Giocare online da solo	8	10	15	19	48

*Parlare con gli "amici"/user*

Circa la metà (52%) del campione totale riferisce di usare "sempre" i social per parlare con amici-users e, in modo statisticamente significativo, più le ragazze dei coetanei maschi. Abbastanza spesso li utilizzano il 27% dei ragazzi e il 24% delle ragazze (Tab. 32)

Tab. 32 - Uso i social per parlare con gli "amici"/users – differenze di genere (%)

	Maschi	Femmine
	(n=499)	(n=613)
Mai	7	3
Raramente	6	8
Ogni tanto	13	10
Abbastanza spesso	27	24
Sempre	47	56

Giocare online

Il gioco online con gli amici non fa parte delle abitudini della maggior parte degli intervistati: il 48% del campione riferisce di non giocare mai online e il 21% raramente. Sono soprattutto le ragazze a non utilizzare Internet a questo scopo; mentre i ragazzi, invece, presentano percentuali maggiori nelle altre modalità di risposta. Sono emerse differenze significative anche rispetto al tipo di scuola frequentato: giocano più spesso online coloro che frequentano un istituto tecnico o professionale rispetto ai coetanei del liceo³⁰ (Tab. 33).

Tab. 33 - Con quale frequenza giochi online con gli "amici"/users – differenze di genere e tipo di scuola (%)

	Genere		Tipo di scuola	
	Maschi	Femmine	Licei	Ist. tecnici/ prof-li
	(n=499)	(n=613)	(n=537)	(n=575)
Mai	24	64	51	41
Raramente	21	21	21	21
Ogni tanto	17	9	10	15
Abbastanza spesso	21	4	11	12
Sempre	17	3	6	12

Giocare online da soli

Un altro item indaga l'utilizzo del gioco online da soli; il 48% del campione riporta di non usare i social a questo scopo. Sono emerse differenze significative sia legate al genere sia alla scuola, come mostra la tabella 34. Sono gli studenti dei licei e le ragazze a non utilizzare mai i social per giocare da soli³¹.

30 Differenze M e F: $\chi^2=243$; gdl=4; p=.000. Differenze Licei e Istituti tecnico-professionali: $\chi^2=23.5$; gdl=4, p=.000

31 Differenze M e F: $\chi^2=180$; gdl=4; p=.000. Differenze Licei e Istituti tecnico-professionali: $\chi^2=20.9$; gdl=4, p=.000



Tab. 34 - Con quale frequenza giochi online da solo – differenze di genere e tipo di scuola (%)

	Genere		Tipo di scuola	
	Maschi	Femmine	Licei	Ist. tecnici/ prof-li
	(n=499)	(n=613)	(n=537)	(n=575)
Mai	27	66	54	43
Raramente	22	17	18	19
Ogni tanto	22	8	11	18
Abbastanza spesso	15	6	10	10
Sempre	13	4	6	10

Scambiare informazioni o contenuti di interesse

L'utilizzo dei social per la condivisione di informazioni e/o contenuti è molto diffuso, solo un ragazzo su dieci non ne fa uso a questo fine.

Il 39% del campione riferisce di usare i social abbastanza spesso per scambiarsi informazioni, immagini o video, li utilizza sempre a questo scopo il 34%, ogni tanto il 16%, solo il 6% raramente e il 4% mai. Sono emerse differenze significative legate al genere: sono le ragazze, rispetto ai coetanei, a usarlo più frequentemente per questo tipo di attività (Tab. 35)³².

Tab. 35 - Uso i social per scambiare informazioni o contenuti di interesse – differenze di genere (%)

	Maschi	Femmine
	(n=499)	(n=613)
Mai	5	4
Raramente	8	6
Ogni tanto	19	14
Abbastanza spesso	39	38
Sempre	29	38

Conoscere l'opinione degli amici/users

Il 72% degli intervistati usa i social per conoscere le opinioni degli amici-users: quasi un terzo (28%) abbastanza spesso, il 25% ogni tanto, il 19% sempre; a fronte del 15% che li usa raramente e del 12% mai a tale fine.

Esprimere la propria opinione

I social come mezzo per esprimere la propria opinione sono utilizzati dal 71% dei ragazzi (dal 18% sempre, dal 27% abbastanza spesso, dal 26% ogni tanto). Al contrario, il 17% esprime raramente le proprie opinioni attraverso i social, il 12% mai. Come mostra la tabella 36, sono nuovamente le ragazze a utilizzarlo maggiormente per esprimere la propria opinione rispetto ai coetanei³³.

32 Differenze M e F: $\chi^2=13.2$; gdl=4, p=.010

33 Differenze M e F: $\chi^2=11.62$; gdl=4, p=.020

**Tab. 36 - Uso i social per esprimere la mia opinione – differenze di genere (%)**

	Maschi	Femmine
	(n=499)	(n=613)
Mai	14	9
Raramente	18	15
Ogni tanto	27	26
Abbastanza spesso	25	29
Sempre	16	20

Osservare o sapere cosa stanno facendo gli amici/user

I social sono utilizzati come mezzo per osservare gli altri dal 66% dei membri del campione (il 20% lo fa sempre, il 26% abbastanza spesso, il 21% ogni tanto), mentre il 19% li usa a questo scopo raramente e il 15% mai. Anche in questo caso sono emerse differenze di genere, ma non di scuola (Tab. 37). Come mostra la tabella, infatti, sono le ragazze a osservare con più frequenza gli amici sui social, rispetto ai ragazzi³⁴.

Tab. 37 - Uso i social per osservare e/o sapere cosa fanno gli "amici"/users – differenze di genere (%)

	Maschi	Femmine
	(n=499)	(n=613)
Mai	18	12
Raramente	22	16
Ogni tanto	23	18
Abbastanza spesso	23	29
Sempre	13	25

Cercare informazioni o contenuti di interesse

Cercare informazioni sui social è una pratica che riguarda il 92% dei ragazzi. Nel dettaglio, il 42% dei giovani intervistati cerca sempre sui social le informazioni, il 37% abbastanza spesso, il 13% ogni tanto, il 5% raramente e solo il 3% mai. Sono le ragazze a utilizzare maggiormente i social anche per cercare contenuti di interesse³⁵ (Tab. 38).

Tab. 38 - Uso i social per cercare informazioni – differenze di genere (%)

	Maschi	Femmine
	(n=499)	(n=613)
Mai	5	2
Raramente	5	4
Ogni tanto	17	11
Abbastanza spesso	39	36
Sempre	34	48

³⁴ Differenze M e F: $\chi^2=38$; gdl=4, p=.000

³⁵ Differenze M e F: $\chi^2=275$; gdl=4, p=.000

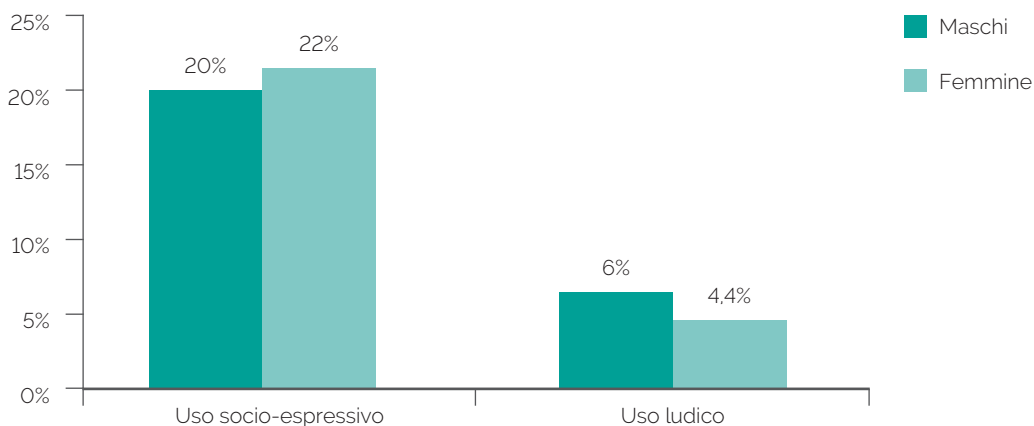


Riassumendo, i social sono utilizzati prevalentemente per cercare informazioni, esprimere la propria opinione e conoscere quella altrui, osservare cosa stanno facendo gli amici/users, condividere contenuti di interesse e parlare con gli altri.

Tuttavia, intuendo la presenza di due modalità di utilizzo dei social, l'una di carattere più espressivo e l'altra di carattere ludico, è stata condotta sugli 8 item un'analisi fattoriale in componenti principali troncate (metodo *Varimax*) che ha evidenziato la presenza di due componenti, con una buona percentuale di varianza spiegata (58%). Sulla prima componente saturano gli item "parlare con gli amici/users", "scambiare informazioni o contenuti di interesse", "conoscere l'opinione degli users", "esprimere la propria opinione", "osservare cosa stanno facendo gli altri users" e infine "cercare informazioni o contenuti di interesse". Tale fattore può essere definito **"uso dei social socio-espressivo"**. Sulla seconda saturano i due item relativi ai giochi online; tale fattore può essere quindi definito **"uso dei social di tipo ludico"**³⁶.

Sebbene la modalità socio-espressiva sia la più diffusa trasversalmente tra i due generi, come mostra la figura 5, le ragazze riportano medie significativamente maggiori in confronto ai coetanei nell'uso dei social con tale finalità (in un range compreso tra 6 e 30, i maschi riportano una media di 20 e le femmine di 22). I ragazzi, invece, ne fanno un uso ludico maggiore rispetto alle ragazze (in un range compreso tra 2 e 10, i ragazzi riportano una media di 6 e le ragazze di 4,4).

Fig. 5 - Uso dei social: differenze di genere (medie)



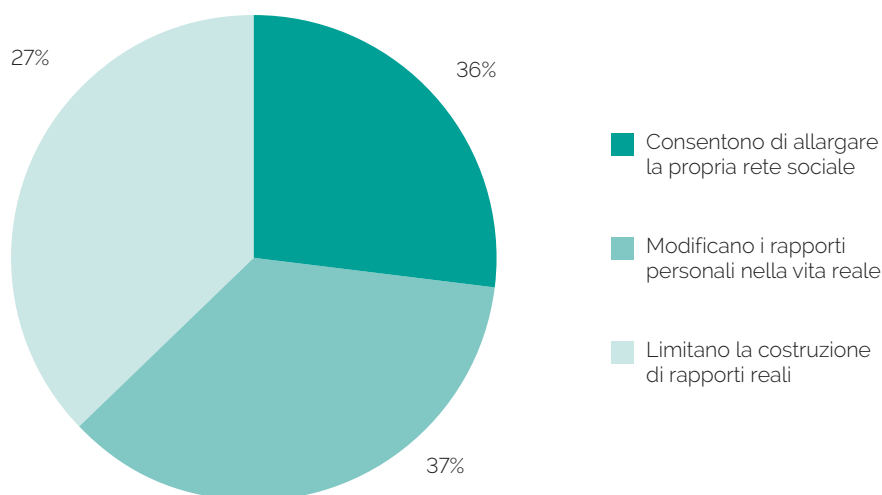
³⁶ La prima scala (uso socio-espressivo) ha un range di risposta 6-30 (Alpha di Cronbach pari a .80); quella dell'uso-ludico, costituita da due item, ha un range di risposta 2-10; (l'Alpha di Cronbach è pari a .73).



3.1.5.4 Cosa pensano i ragazzi dei social

I ragazzi sembrano piuttosto **consapevoli dell'impatto che i social possono avere sulle relazioni**. Come emerge dalla figura 6, se poco più di un terzo (36%) ne sottolinea le funzioni positive, in quanto permettono di allargare la propria rete sociale, una certa preoccupazione è invece espressa dal 64% dei ragazzi. Infatti il 37% degli studenti ritiene che smartphone, tablet e computer modifichino i rapporti personali nella vita reale e il 27% pensa che limitino la costruzione di rapporti reali.

Fig. 6 - Secondo te, smartphone, tablet e computer (possibile solo una risposta)



38

Sono emerse differenze statisticamente significative legate al genere (Tab. 39): sono più le ragazze a sottolinearne gli aspetti negativi³⁷.

Tab. 39 - Secondo te, smartphone, tablet e computer – differenze di genere (%)

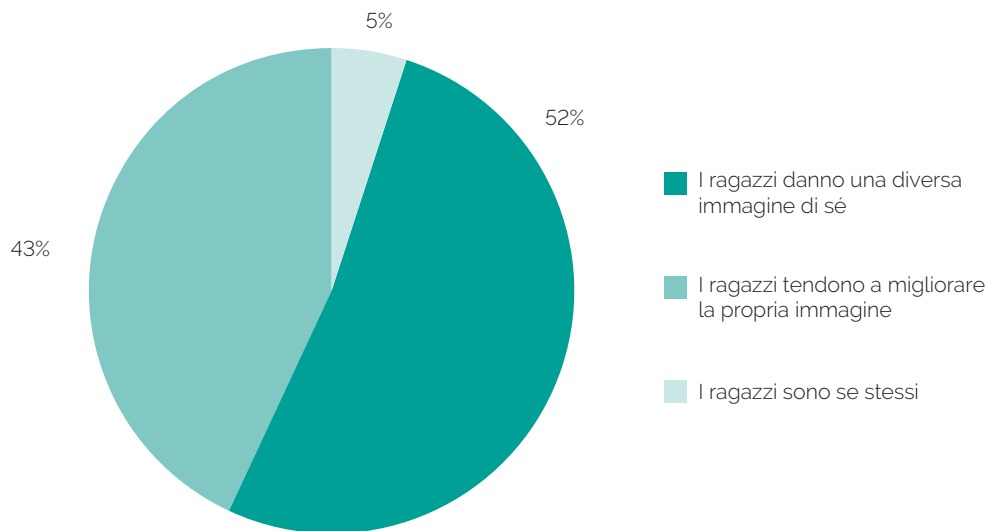
	Maschi (n=499)	Femmine (n=613)
Consentono di allargare la propria rete sociale	39	33
Modificano i rapporti personali nella vita reale	39	36
Limitano o inibiscono la costruzione di rapporti reali	22	31

³⁷ Differenze M e F: $\chi^2=10.457$; gdl=2, p=.005



La quasi totalità (95%) degli intervistati pensa che **l'immagine data di sé sui social non corrisponda a quella reale**. In particolare circa la metà (52%) degli studenti ritiene che i ragazzi tendano a migliorare la propria immagine sui social e il 43% afferma che i giovani tendono a dare una diversa immagine di sé. Solo il 5% sostiene che i ragazzi sono se stessi sui social (Fig. 7).

Fig. 7 - Secondo te, nei social



A questo proposito sono emerse differenze significative tra ragazzi e ragazze³⁸ (Tab. 40).

Tab. 40 - Secondo te, nei social – differenze di genere (%)

	Maschi (n=499)	Femmine (n=613)
I ragazzi danno una diversa immagine di sé	39	46
I ragazzi tendono a migliorare la propria immagine	56	48
I ragazzi sono se stessi	5	6

³⁸ Differenze M e F; $\chi^2=6.98$; gdl=2, p=.030



3.1.5.5 Essere connessi può diventare un problema

Per valutare se gli studenti sono eccessivamente coinvolti nell'uso di internet è stata utilizzata una scala composta da 14 item, relativi a un possibile superinvestimento nella rete. Nel dettaglio è emersa per più della metà del campione **una difficoltà a disconnettersi a Internet**, che si accompagna alla **consapevolezza di dover trascorrere meno tempo online** (72%) e al tentativo fallimentare di ridurre il tempo di connessione (46%) (Tab. 41).

La vita virtuale non sembra aver preso il sopravvento su quella reale per buona parte degli adolescenti, i quali riescono a non trascurare gli impegni o a sottovalutare le loro relazioni per connettersi alla rete. Il 79% dichiara di **non aver mai preferito Internet alle relazioni face to face**, e solo un quarto sostiene di essere stato negligente nei confronti delle attività quotidiane per rimanere collegato. Parallelamente, a circa un terzo degli intervistati è capitato di dormire poco per stare online o di pensare a Internet anche quando non si è collegati.

Tuttavia, quasi la metà del campione (46%) dichiara di aver sperimentato la sensazione di **non vedere l'ora di connettersi alla rete** e di aver svolto i compiti a casa velocemente, pur di accendere il proprio pc il prima possibile.

Ugualmente rilevanti i risultati relativi all'**utilizzo consolatorio della rete**, in presenza di specifici stati emotivi: più di due terzi degli studenti (71%) è andato su Internet quando era giù di morale, e poco meno di due terzi (58%) sostiene di essersi collegato per sfuggire ai dispiaceri. Infine, sebbene molti ragazzi desiderino trascorrere buona parte del proprio tempo libero online, l'impossibilità di connettersi a Internet genera frustrazione e irrequietezza solo in un numero limitato di casi (il 31% del campione afferma di aver provato queste sensazioni).

Tab. 41 - Essere connessi può diventare un problema (%)

	Mai	A volte	Spesso
Difficoltà a disconnettersi	47	47	6
Restare connessi nonostante la voglia di smettere	40	45	15
Fidanzati, genitori e amici dicono di stare meno su Internet	38	46	16
Stare collegato piuttosto che passare tempo con altre persone	79	17	4
Dormire poco per rimanere collegati	68	25	7
Pensare a Internet quando non si è collegati	69	26	5
Non vedere l'ora di collegarsi	54	37	9
Pensare di dover usare meno Internet	28	56	16
Provare a passare meno tempo su Internet senza riuscirci	54	37	9
Fare compiti alla svelta per connettersi	54	37	9
Trascurare altri impegni	75	20	5
Andare su Internet se si è giù di morale	29	52	19
Utilizzare Internet per sfuggire a dispiaceri	42	42	16
Sentirsi irrequieti o frustrati per non potersi connettere a Internet	69	26	5

Al fine di restituire un'immagine sintetica dei risultati presentati sopra, si è proceduto a elaborare un indice di basso, moderato e alto rischio di utilizzo eccessivo di Internet o superinvestimento della rete³⁹.

³⁹ La scala è costituita dalla somma delle risposte dei soggetti ai 14 item, il range di risposta teorico può variare da 14 (se il soggetto risponde a tutte le domande "mai") a 42 (se il soggetto risponde a tutte le domande "spesso"). Pertanto, l'indice di rischio di superinvestimento dalla rete è basso (da 14 a 22); moderato (da 23 a 31) e alto (da 32 a 44).



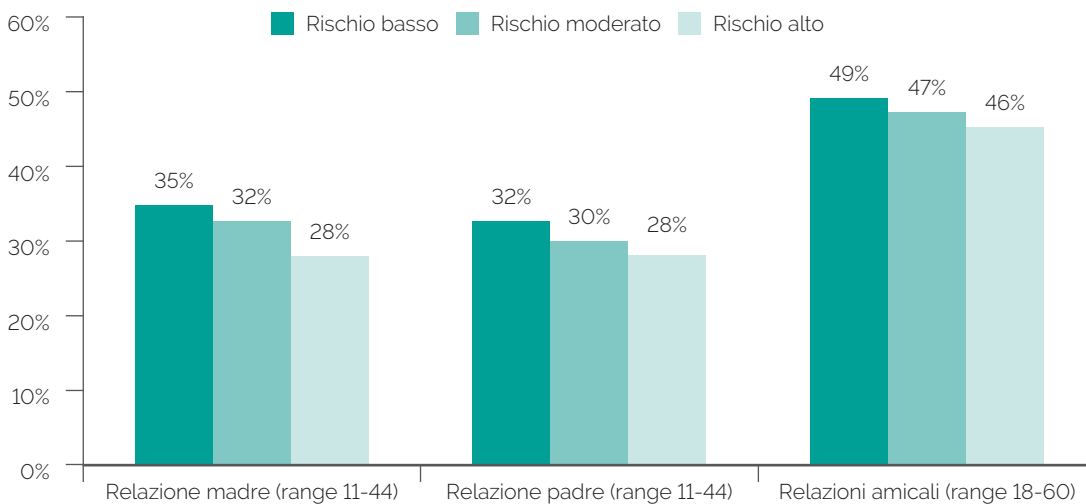
Gli intervistati sembrano presentare un profilo piuttosto problematico: il 45% dei giovani presenta un rischio moderato o alto di utilizzo eccessivo di Internet (il 41% moderato e il 4% alto). Ciononostante, il 55% dei giovani risulta a basso rischio di connettersi alla rete, senza riuscire a scollegarsi. Sono in percentuale maggiore le ragazze a presentare un rischio di uso problematico del web moderato rispetto ai ragazzi ($p=.000$).

Relazioni tra indice di rischio di uso eccessivo di Internet e variabili psico-sociali

Per indagare le possibili relazioni tra l'indice di rischio di superinvestimento nella rete e alcune variabili psicologiche esplorate nel questionario, sono state condotte analisi Anova tra i seguenti aspetti: relazioni familiari, relazioni amicali, fenomeno del bullismo, autostima, sintomi depressivi (Tab. 42).

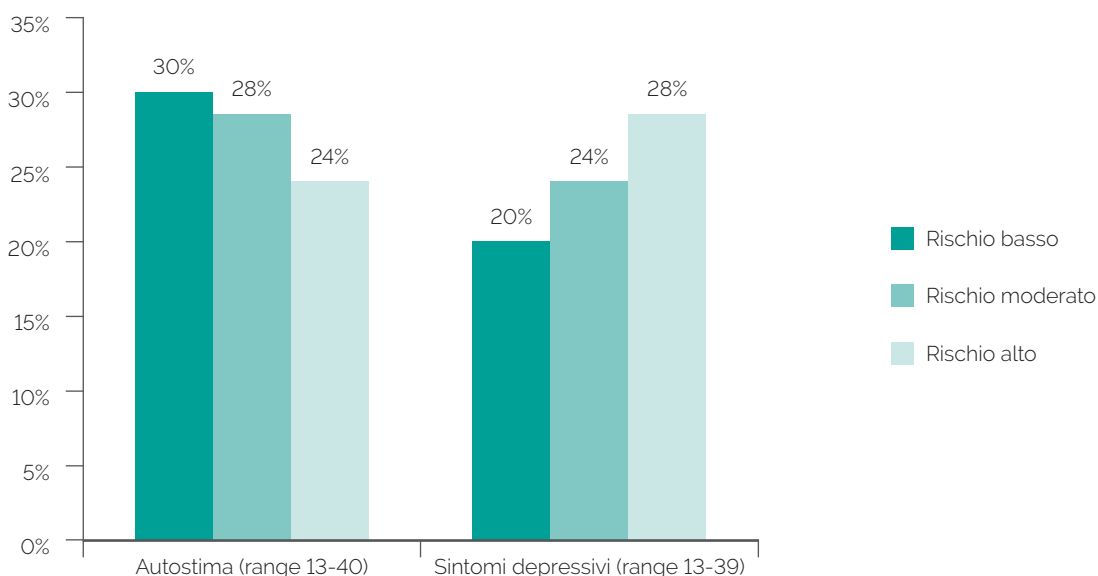
A conferma del fatto che la rete rappresenta un rifugio per chi è insoddisfatto del proprio tessuto relazionale, **sperimentano relazioni familiari e amicali più positive coloro che sono scarsamente coinvolti in un uso eccessivo di Internet** (Fig. 8).

Fig. 8 - Indice di uso eccessivo di Internet e relazioni interpersonali (medie)



Coloro che sono scarsamente coinvolti in un uso eccessivo di Internet **hanno anche una migliore stima di sé e una bassa percezione di sintomi depressivi**. Le due scale hanno un andamento inverso, ovvero all'aumentare dei valori, l'autostima è più forte; mentre per i sentimenti depressivi, al diminuire dei valori, la percezione della depressione decresce (Fig. 9).

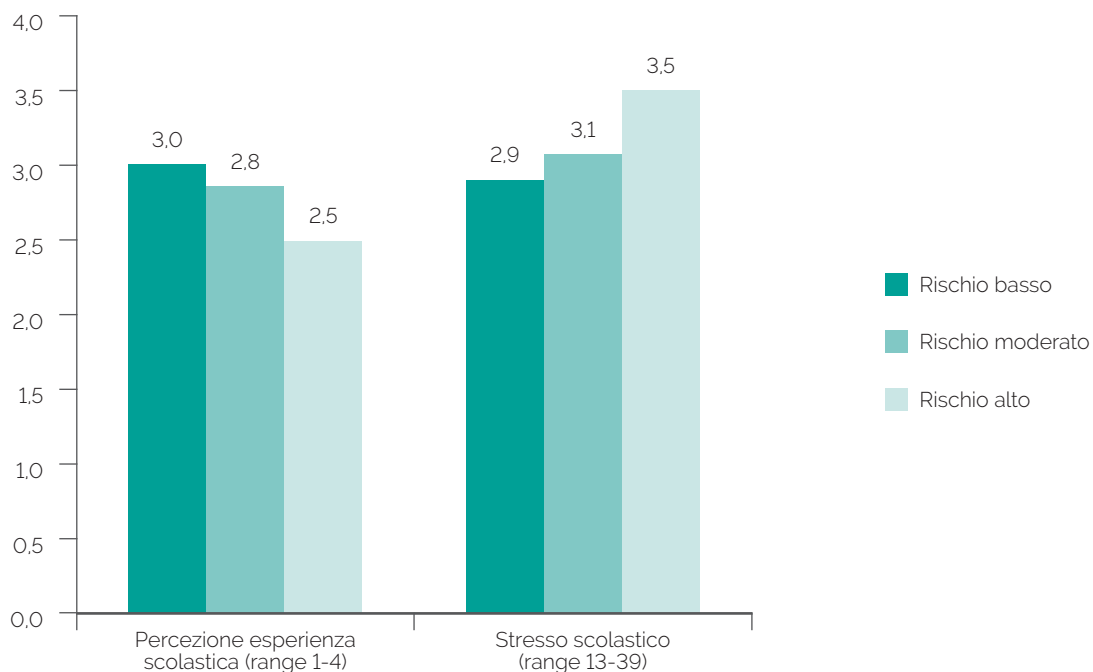
Fig. 9 - Indice di uso eccessivo di Internet e autostima e sentimenti depressivi (medie)





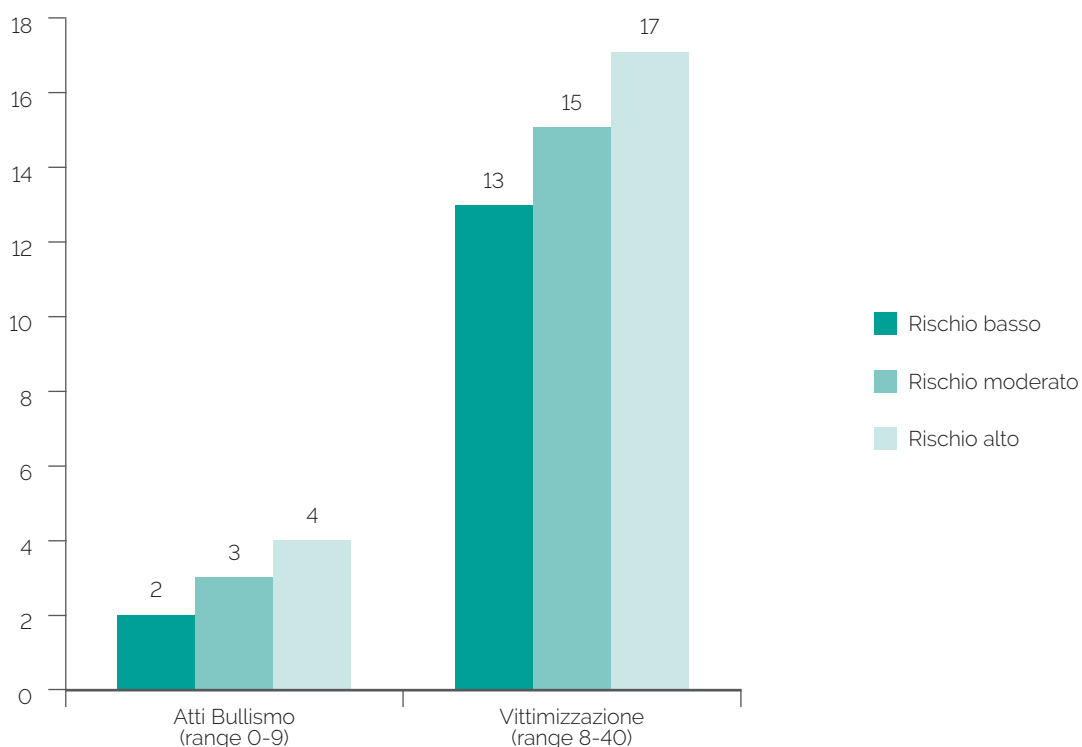
Inoltre, **chi ha un basso indice di rischio ha una percezione più positiva dell'esperienza scolastica e percepisce un basso livello di stress collegato agli impegni di studio** a differenza di chi ha un indice più alto di rischio (Fig. 10).

Fig. 10 - Indice di uso eccessivo di Internet e percezione dell'esperienza scolastica e stress scolastico (medie)



Ciò si riflette anche sul **fenomeno del bullismo**: sia per gli atti compiuti sia per gli atti subiti sono maggiormente coinvolti i ragazzi che presentano un livello di rischio alto di uso eccessivo di Internet (Fig. 11).

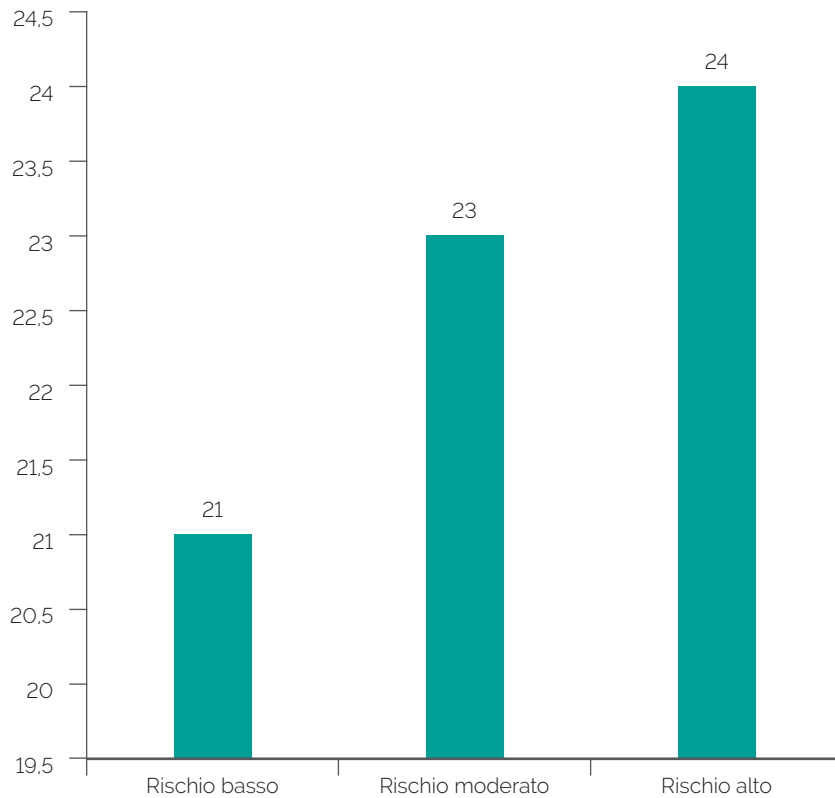
Fig. 11 - Indice di uso eccessivo di Internet e bullismo (medie)





Infine, emerge una relazione significativa tra alto rischio di superinvestimento nella rete e uso dei social come modalità socio-espressiva (Fig. 12).

Fig. 12 - Indice di uso eccessivo di Internet e uso espressivo dei social network (medie; range 3-60)



Tab. 42 - Indice di uso eccessivo di internet o superinvestimento nella rete e relazioni (medie)

	Rischio basso (n=572)	Rischio moderato (n=419)	Rischio alto (n=45)	Modello Anova Test F (p)
Relazione madre (range 11-44)	35	32	28	F=44; p=.000
Relazione padre (range 11-44)	32	30	28	F=13.6; p=.000
Relazioni amicali (range 18-60)	49	47	46	F=12.5; p=.000
Atti Bullismo (range 0-9)	2	3	4	F=41; p=.000
Vittimizzazione (range 8-40)	13	15	17	F=33; p=.000
Autostima (range 13-40)	30	28	24	F=54; p=.000
Sintomi depressivi (range 13-39)	20	24	28	F=94; p=.000
Percezione esperienza scolastica (range 1-4)	3	2.8	2.5	F=17; p=.000
Stress scolastico (range 1-4)	2.9	3.1	3.5	F=11; p=.000
Uso social espressivo (range 3-60)	21	23	24	F=18; p=.000

Sono stati proposti agli studenti altri tre quesiti riguardanti gli effetti negativi dei giochi su computer, tablet, o altri strumenti affini, che concernono il rischio di sviluppare una tendenza eccessiva all'utilizzo ludico di tali supporti.



Poco più di un quinto del campione (22%⁴⁰) ritiene di trascorrere troppo tempo a giocare, il 9% diventa di cattivo umore quando non può giocare, e una percentuale leggermente superiore, pari a un terzo degli intervistati (33%) dichiara che i genitori lamentano il troppo tempo trascorso a giocare.

Anche in questo caso, per offrire un quadro sintetico della situazione, si è proceduto a ricodificare le domande relative ai possibili effetti negativi di un uso eccessivo di strumenti elettronici per giocare, per creare un indice di basso (punteggi 3-6), moderato (7-10) o alto rischio (11-15) di incorrere in conseguenze negative del gioco su dispositivi elettronici.

Il 46% del campione risulta essere a basso rischio, il 38% a rischio moderato e il 16% ad alto rischio di incorrere in tali effetti negativi. A questo proposito sono emerse differenze statisticamente significative di genere, ma non per tipo di scuola frequentato: il 60% delle ragazze ha un basso rischio, contro il 49% dei ragazzi che è a rischio moderato e il 22% ad alto rischio.

Relazioni tra indice di rischio di conseguenze negative del gioco e variabili psico-sociali

Anche per questo indice di rischio, sono state condotte analisi Anova con i seguenti aspetti: relazioni familiari, relazioni amicali, fenomeno del bullismo, autostima, sintomi depressivi.

Relazioni positive con la madre e con gli amici si confermano fattori protettivi del rischio di incorrere in effetti negativi per il troppo tempo trascorso a giocare, mentre non si può dire altrettanto della relazione con il padre. Hanno migliori relazioni con la madre coloro che risultano a basso rischio; così come essi sperimentano migliori relazioni amicali. Al contrario, sembrano avere rapporti migliori con il padre coloro che presentano un rischio moderato (Tab. 43). Inoltre, i giovani con livelli di rischio basso e moderato presentano livelli leggermente superiori di autostima rispetto a chi presenta un alto livello di rischio. Analogamente, i ragazzi ad alto rischio percepiscono maggiori sintomi depressivi in confronto agli altri gruppi.

Sono emerse relazioni significative anche per quanto riguarda l'esperienza scolastica: **hanno una percezione più positiva dell'esperienza scolastica coloro che hanno un basso indice di rischio.** Non sono emerse, al contrario, relazioni significative rispetto alla percezione dello stress scolastico. Per quanto riguarda invece il bullismo, sono coloro che hanno un rischio alto, sia a compiere più atti di bullismo (seppure il fenomeno non sia molto rappresentato nel campione considerato) sia a risultare vittime di aggressioni da parte dei coetanei. Infine, **un uso dei social di tipo ludico è risultato in relazione con un più alto rischio** di conseguenze negative per il troppo tempo passato a giocare su smartphone e computer.

Tab. 43 - Indice di "rischio conseguenze negative giochi al computer" e relazioni (medie)

	Rischio basso (n=572)	Rischio moderato (n=419)	Rischio alto (n=45)	Modello Anova Test F (p)
Relazione madre (range 11-44)	34	33	32	F=8.3; p=.000
Relazione padre (range 11-44)	31	32	31	F=3; p=.044
Relazioni amicali (range 18-60)	49	48	46	F=21; p=.000
Atti Bullismo (range 0-9)	2	2.5	3.4	F=29; p=.000
Vittimizzazione (range 8-40)	13	13	15	F=13; p=.000
Autostima (range 13-40)	29	29	28	F=4; p=.025
Sintomi depressivi (range 13-39)	22	21	23	F=8; p=.000
Percezione esperienza scolastica (range 1-4)	3	2.9	2.7	F=17; p=.000
Uso social ludico (range 2-10)	3	5	6	F=110; p=.000

⁴⁰ La percentuale è data dalla somma delle risposte alla modalità "fortemente d'accordo" e "d'accordo".



3.1.6 Il fenomeno del ritiro sociale

Per esplorare la familiarità degli studenti con il fenomeno del ritiro sociale, è stato chiesto loro se **conoscono ragazzi che hanno ridotto i loro contatti fino a non uscire più di casa** e se sì, quali pensano possano essere i motivi che hanno spinto questi giovani verso una vita "ritirata". Il 65% degli intervistati non conosce ragazzi che abbiano ridotto i contatti fino a non uscire più di casa; **una percentuale abbastanza alta (il 35%) risponde invece di sì**.

Tra questi ultimi sono emerse differenze significative legate al genere, ma non al tipo di scuola frequentato. Infatti, sono principalmente i ragazzi, rispetto alle coetanee, a conoscere qualcuno che ha ridotto i propri contatti sociali (M= 42%; F= 30%)⁴¹ (Tab. 44).

Tab. 44 – Conosci ragazzi che hanno ridotto i contatti sociali - differenze di genere (%)

	Maschi (n=499)	Femmine (n=613)
Si	42	30
No	58	70

Le motivazioni che, secondo gli intervistati, possono portare i ragazzi a incorrere in questa problematica sono legate per l'81% a difficoltà a entrare in relazione con gli altri; per il 74% al percepirsi emarginati da parte di altri. Per il 70% dei rispondenti anche un uso eccessivo di internet potrebbe motivare i giovani al ritiro. Inoltre, il 66% dei ragazzi ritiene che uno dei motivi potrebbe essere un problema familiare e il 57% pensa che anche l'aver subito atti di bullismo possa influenzare il ritiro sociale.

41 Differenze M e F: $\chi^2=18.6$; gdl=1, p=.000.



3.1.7 Come prevenire

Rispetto al fenomeno del ritiro sociale, i ragazzi sono stati inoltre invitati a riflettere sulle iniziative che, dal loro punto di vista, potrebbero essere più utili per prevenire l'insorgere di questo problema.

Sebbene non siano emerse differenze statisticamente significative né di genere, né legate al tipo di scuola, le analisi hanno evidenziato come per i ragazzi sia utile, innanzitutto, che **vengano attuate iniziative in cui i protagonisti siano i ragazzi stessi**. Un ulteriore aspetto molto importante è **l'apertura di spazi di incontro fuori dal contesto scolastico**. Sono considerate altrettanto rilevanti le **iniziative informative rivolte ai ragazzi**, meno centrali ma abbastanza utili sono per i ragazzi le azioni di informazione e sensibilizzazione rivolte alle famiglie e agli insegnanti. Infine, i ragazzi segnalano anche l'apertura di punti di ascolto a scuola gestiti da personale esterno e scuole a porte aperte come luogo di incontro (Tab. 45).

Tab. 45 - Secondo te, cosa potrebbe essere più utile per prevenire questo tipo di problema? (%)

	Sì	No
Punti di ascolto a scuola gestiti da personale esterno	63	37
Scuola a porte aperte	59	41
Iniziative con i ragazzi protagonisti	80	20
Iniziative informative rivolte agli studenti	73	27
Azioni di informazione e sensibilizzazione rivolte agli insegnanti	63	37
Azioni di informazione e sensibilizzazione rivolte alle famiglie	65	35
Apertura di spazi di incontro fuori dal contesto scolastico	77	23

I ragazzi intervistati sembrano credere nell'utilità della prevenzione per ridurre il rischio del ritiro sociale e sottolineano come maggiormente importanti soprattutto quelle iniziative in cui possono sentirsi protagonisti e coinvolti in prima persona.



3.2 I risultati dei focus group

3.2.1. Gli adolescenti: le relazioni tra pari, il rischio di isolarsi e la prevenzione

Nella prima parte del focus group, i partecipanti si sono confrontati sul tema delle relazioni tra pari degli adolescenti di oggi. Il discorso si è focalizzato spontaneamente sul ruolo dei dispositivi tecnologici e dei social network nel facilitare e al tempo stesso ostacolare la creazione e il consolidamento di relazioni amicali. Da un lato, **smartphone e computer consentono di allargare la propria rete sociale**, dall'altro **possono inibire la costruzione e lo sviluppo di rapporti nella vita reale**, senza la protezione di uno schermo, che agisce da filtro.

Int. 3-GIO: I social network ci danno la possibilità di conoscere determinate persone, che poi possono farci conoscere altri. Questo può essere sia un fattore positivo, perché comunque possiamo raccontarci, esprimere i nostri interessi, parlare, ma può anche essere un fattore negativo, dal momento che, troppo spesso, si sottovalutano le relazioni amicali al di fuori del telefono. Si considerano amici veri persone con cui non abbiamo dei rapporti, oppure si sottovalutano determinate persone che invece ci sono anche al di fuori della rete.

Alcuni intervistati mettono in evidenza la difficoltà di portare avanti le interazioni in presenza, nello specifico di prestare attenzione all'altro, mentre si è distratti dall'invio di un messaggio o dalla visione delle storie su Instagram.

Inoltre, è interessante anche l'effetto vetrina e **la pressione sociale** prodotta dall'utilizzo dei social network, che porta a partecipare a occasioni di ritrovo e di socializzazione al fine di sostenere e migliorare la propria immagine sociale, perdendo il piacere fine a se stesso di stare con gli altri.

Int. 3-GIO: Io trovo che anche grazie a queste storie (postare foto della propria giornata per 24 ore, sui principali social network come Instagram o Snapchat) molte volte si tende a stare con le persone solo per far vedere agli altri cosa stai facendo, molte volte si perde lo stare insieme all'altro.

Osservare e consumare frammenti patinati e spesso non veritieri delle vite sociali altrui, che appaiono in questo modo ricche e gratificanti, può produrre sensazioni di inadeguatezza e di isolamento in chi non ha immagini altrettanto attraenti da esibire.

Il rischio è quindi l'incapacità di vivere il qui ed ora e di godere della presenza della persona con la quale si interagisce, rinunciando a comunicarle le proprie sensazioni e sentimenti.

Int. 3-GIO: Bisogna cercare di non sostituire la possibilità di scrivere una cosa carina in un messaggio alla possibilità di dirla dal vivo.

Gli adulti di riferimento appaiono poco capaci di comprendere la complessità delle relazioni tra adolescenti, concentrandosi sugli aspetti superficiali legati all'eccesso di utilizzo del telefono cellulare, considerato una "prolunga del braccio" e spesso oggetto di negoziazioni con i figli o gli allievi.

La possibilità di isolarsi dal contesto reale e l'incapacità di distinguere tra realtà e fantasia sono i rischi dell'utilizzo eccessivo di Internet paventati dagli intervistati e direttamente collegati alla definizione del ritiro sociale.

Secondo i partecipanti al focus group, infatti, gli hikikomori sono ragazzi che si rinchiodano in un mondo virtuale, quello del web, trincerandosi fisicamente nelle proprie stanze e perdendo qualsiasi contatto con l'esterno. Di seguito, la descrizione di un ragazzo che, secondo l'intervistata, corrisponde al profilo del ritirato sociale.



Int. 1-GIO: *Io conosco un ragazzo che ha 17 anni, esce da scuola, arriva a casa a volte non pranza nemmeno, si attacca subito al computer fino alle 11 di sera, non esce nemmeno per cena dalla camera e poi va a dormire. O ad esempio la domenica che non c'è scuola, si alza alle 9 del mattino e poi di nuovo fino alle 10 di sera, non esce né per pranzare né per cenare. Sta tutto il giorno davanti al computer e tutto il giorno è così. Non vede più nessuno. Non ha amici.*

Un'altra intervistata racconta l'esperienza del fratello di un'amica con genitori separati che, quando si trova dal padre, più permissivo della madre, trascorre interi pomeriggi davanti allo schermo del televisore. Una testimonianza che chiama in causa il ruolo educativo dei genitori e la loro capacità di essere adulti autorevoli.

INT 6-GIO: *Io ho esperienza di un fratello di una mia amica che ha i genitori che si sono separati da poco e hanno due genitori che hanno due stili educativi diversi. Quando sono dal papà il fratello passa 7-8 ore al pomeriggio stando ai videogiochi, in particolare c'è la ps4 [PlayStation], mi pare, che adesso con gli auricolari ti puoi collegare con altri giocatori di altre parti del mondo.*

La **dipendenza da Internet** è l'elemento richiamato in tutte le testimonianze che riportano casi di amici e conoscenti capaci di dedicare intere giornate a giocare ai videogiochi, anche simultaneamente ad altri giocatori, con l'illusione di costruire relazioni reali. L'idea più volte suggerita è che si consumi il proprio tempo libero davanti allo schermo di un PC o di un televisore, perdendo possibilità di incontro con gli amici nella vita reale. Il motivo per cui ci si rifugia nel mondo virtuale è spesso ricondotto a difficoltà a relazionarsi con i coetanei, per la **mancata adesione agli standard di apparenza e di esibizione di sé diffusi tra gli adolescenti**.

Int. 7-GIO: *Magari hai difficoltà a relazionarti con i tuoi coetanei perché non rispetti tutti i canoni del ragazzo più cool tra tutti e quindi è molto più facile stare al computer.*

Inoltre, alcuni intervistati adducono la volontà di chiusura alla **mancanza di punti di riferimento chiari**, prodotta dalla separazione dei genitori o dalla loro scarsa presenza, o a una **insicurezza nelle proprie capacità** che porta a evitare i problemi insiti nelle relazioni con gli altri. Un'intervistata aggiunge tra le cause del ritiro sociale la mancanza di stimoli provenienti dall'esterno e un atteggiamento di indifferenza e scarso interesse verso ciò che circonda questi ragazzi, al punto che il gioco diventa l'unica alternativa all'isolamento totale.

Int. 3-GIO: *Quando tu non hai nulla che ti faccia uscire di casa... alla fine regredi e (ti rinchiodi) nella tua stanza, il gioco credo sia l'unica cosa facile e indolore che puoi trovare sul computer.*

E allora finire quel gioco diventa un'ossessione, che fa perdere di vista altri obiettivi e interessi. Nessuno degli intervistati fa spontaneamente riferimento ai temi del bullismo e del cyberbullismo che vengono quindi sollecitati dalla conduttrice. **L'aver subito atti di bullismo è riconosciuto come uno dei fattori che possono portare all'isolamento**. Si tratta soprattutto di prese in giro e tentativi di **emarginazione di ragazzi che non si conformano ai modelli di riferimento**, messi in atto in gruppo. Secondo un'intervistata, è proprio la dimensione di gruppo a produrre comportamenti che altrimenti non sarebbero attuati.

Int. 6-GIO: *Sono comportamenti molto dettati dal fatto che si è in gruppo, perché una persona singola non farebbe mai cose così a un'altra persona singola.*

Il desiderio di affermare la propria superiorità e di consolidare la posizione di leader del gruppo è all'origine degli episodi di derisione e di marginalizzazione dei compagni percepiti come più deboli.



Int. 4-GIO: *C'è chi spicca prendendosi con quello che magari è più timido, quindi si diventa leader più facilmente e poi si creano i gruppi.*

Può diventare bersaglio dei bulli chi è portatore di una qualche forma di diversità, che riguarda l'appartenenza etnica oppure semplicemente l'aver interessi diversi da quelli dei compagni. La tendenza all'omologazione nel modo di vestirsi, di comportarsi e nel trascorrere il tempo libero è, secondo alcuni, più forte che in passato e comporta l'esclusione di chi non vi si adegua. Il peso del giudizio altrui, amplificato dall'uso dei social network, può diventare un veicolo di standardizzazione assai efficace.

Int. 6-GIO: *Una volta la diversità non era così penalizzante, si tende molto di più a omogeneizzarci tutti quanti, grazie anche ai social che delineano un modello di persona maschio/femmina a cui bisogna attenersi altrimenti rischi di venire escluso.*

Non tutti concordano nel sostenere che la diversità oggi sia più stigmatizzata rispetto al passato, alcuni sottolineano la difficoltà di accettazione di orientamenti, anche sessuali, alternativi, che attraversa le diverse generazioni, altri invece ritengono che la convivenza con molteplici forme di alterità (etnica, sessuale ...) non possa che produrre una maggiore apertura nei confronti dell'altro rispetto alle generazioni precedenti.

Gli intervistati hanno infine proposto alcuni suggerimenti per affrontare il problema della reclusione volontaria degli adolescenti. Si tratta nello specifico di una **maggior presenza** e coinvolgimento **dei genitori** nella vita dei figli, perché spesso sono assenti da casa molte ore al giorno; dell'**ampliamento di iniziative di prevenzione** che permettono ai giovani di incontrarsi e sentirsi protagonisti di un progetto che riguarda la loro comunità (viene citato l'esempio di GIOCS⁴²); del **potenziamento degli incontri con figure specializzate**, che possono anche avvenire attraverso lo sportello di ascolto attivato in alcune scuole; della **disintossicazione dai social**, attraverso un'educazione all'utilizzo moderato e responsabile dei mezzi di comunicazione.

42 Il progetto GIOCS: Giovani, Salute e Dintorni è promosso dal Comune di Cuneo, in collaborazione con i Comuni di Boves, Borgo San Dalmazzo e Beinette, con l'ASL CN1, con l'Istituto di Ricerca e Formazione Eclectica e con la Cooperativa Emmanuele, grazie al sostegno della Fondazione Crc. L'iniziativa si inserisce nel percorso locale dei PePS (Profili e Piani di Salute) ed è finalizzata a promuovere la cittadinanza attiva e la partecipazione dei giovani nelle scelte riguardanti la salute.



3.2.2. Gli adulti: l'universo relazionale degli adolescenti, come capirlo e come prevenire i rischi

Affrontando il tema delle relazioni tra pari dei giovani di oggi, i partecipanti al focus group hanno messo in luce la continuità dei modi di rapportarsi agli altri, che non sono cambiati rispetto alle generazioni precedenti, unita alla disponibilità di mezzi e strumenti diversi dal passato. Gli obiettivi e i bisogni ai quali rispondono le relazioni tra pari continuano a essere **il bisogno di vicinanza, di confronto e di riconoscimento** da parte di un gruppo, che però si è esteso e ha assunto nuovi connotati. L'esigenza di condividere le proprie esperienze con i genitori è ugualmente diffusa, al fine di ricevere consigli e supporto psicologico.

Int. 3-insegnante: *Io, ad esempio, non noto degli approcci relazionali molto diversi da quelli che erano ai miei tempi, né come mamma né come insegnante, vedo che le relazioni instaurate e i modi di approcciarsi agli altri sono più o meno quelli che avevamo noi. L'unica cosa che noto è la mancanza di tempo per approcciarsi nei modi in cui noi ci avvicinavamo: suonare il campanello, darsi appuntamento, ai ragazzi manca un po' il tempo, perché sono tempestati da mille altre cose e poi con i social è molto più facile contattarsi in modi diversi.*

Int. 1-genitore: *Mi rifaccio a quando io ero giovane, forse c'era meno dialogo con i miei genitori, io venivo da una famiglia aperta, però credo che tante cose si tenessero segrete, io trovo che adesso loro sono molto sui social, però poi cercano il dialogo con gli adulti, il confronto e sono anche molto attenti, a vedere che cosa pensi in merito. Loro hanno il loro mondo social, che penso molto spesso sia un mondo diverso dal gruppo di pochi, perché è vero, anche mio figlio su Instagram dice: "Ho ricevuto 1500 (mi piace)". Poi quello che è il gruppo, allora li vedi che hanno delle relazioni, si confrontano, si vedono. Sono due mondi paralleli per loro: il gruppo social è una cosa diversa dal gruppo dove poi si relazionano con gli amici.*

L'utilizzo di smartphone e social network consente una maggiore velocità nella creazione dei contatti, detta il ritmo del tempo, sempre più veloce, e allo stesso tempo implica una **maggiore esposizione della propria vita privata** allo sguardo altrui.

Int. 9-educatrice: *I tratti comuni del tipo di relazioni credo siano sempre gli stessi: il bisogno di vicinanza, di confronto, di conferme da parte del gruppo, sono dei tratti che ci sono sempre stati e ci saranno sempre. Ci sono stati dei cambiamenti pazzeschi a livello di strumenti, di velocità. È tutto troppo veloce, no? [...] Le cose hanno perso l'intimità della condivisione più stretta, ma è tutto più esposto, e quindi questo con rischi annessi e pericoli diversi rispetto a come l'abbiamo vissuta noi la dimensione del gruppo.*

La dimensione che assume il gruppo di riferimento, che si può estendere fino a comprendere 100 persone, e il ventaglio più ampio di possibilità di socializzazione rispetto al passato, creerebbero confusione e **difficoltà nell'ottenere accettazione e riconoscimento** dagli altri. Secondo alcuni partecipanti, il concetto di amicizia si è modificato, comprendendo legami di diverso tipo, e i modelli di riferimento si sono moltiplicati, rendendo l'appartenenza al gruppo meno fondante rispetto al passato. Per attirare l'attenzione e ottenere l'approvazione degli altri, quindi, alcuni adolescenti ritengono di dover compiere gesti eclatanti, talvolta al limite della legalità, che abbiano un risalto sui social media.

Int. 10-educatrice: *Il concetto di gruppo e di amicizia si è molto modificato, per cui ritrovarsi riconosciuti è molto più difficile da parte di un ragazzo perché c'è un ventaglio di possibilità diverse, con caratteristiche diverse, tu ti ritrovi fagocitata a seguire una volta l'uno, una volta l'altro e una volta un terzo modello. [...] Il valore dell'appartenenza al gruppo si è modificato, forse a causa di queste troppe possibilità nello sviluppare amicizie, nel trovare il contatto, per cui questo sfalsa anche un po' la dimensione di accettazione. E per i*



ragazzi che viaggiano più per conto loro, che in qualche modo vogliono emergere, l'unico modo di emergere è fare qualcosa di eclatante, qualcosa di grosso che poi ti venga riconosciuto.

Secondo altri intervistati, esisterebbe una scissione tra la vita di relazione reale degli adolescenti, composta dai legami che si instaurano nella quotidianità scolastica ed extrascolastica, e la vita virtuale, caratterizzata dai diversi profili creati e dalle interazioni scambiate all'interno del web. Si tratta di uno spazio di relazione ampio e variegato, con conseguenze rilevanti sull'autostima e sul benessere psichico dei giovani, molto difficile da decifrare e penetrare per gli adulti.

Int. 5-educatore: *Esistono social network molto utilizzati da ragazzini: Ask, Snapchat, che sono [...] massacranti, prendo Ask, l'ho conosciuto tramite un ragazzo che conosco, prendo la sua pagina Ask ed era tutto un: "Dammi un voto sulla bellezza", con magari non so: ti do nove e mezzo e sotto ho 130 "mi piace". Vuol dire che 130 persone hanno visto che Tizio ha dato nove e mezzo a Caio ... per cui a volte, per quanto mi riguarda, c'è una difficoltà a entrare realmente in quello che può essere il malessere, nel senso che se uno ti ha dato 4 su Ask tu ci stai male, ma prima che ti spiego che cos'è Ask e tutta quella roba lì, secondo me c'è uno scostamento completo e questa roba qua è presentissima.*

Nello specifico, alcuni social network come Ask comportano l'esposizione al giudizio altrui, dal quale si dipende per ottenere **popolarità**, un obiettivo fondamentale per gli adolescenti di oggi. I social network rappresentano un mondo a parte, governato da regole e linguaggi specifici, dal quale gli adulti sono tenuti fuori: "Loro cambiano in continuazione, c'è la moda di Instagram e vanno tutti lì, [...] quando arrivano gli adulti, si spostano (int.11-psicologa)". Il bisogno continuo di conoscere il punto di vista altrui, inoltre, ostacola la creazione di un'interpretazione originale delle situazioni vissute: "È più difficile iniziare a ragionare da soli, con la propria testa, sempre e comunque circondato da opinioni altrui (int.10-educatrice)". Secondo alcuni si tratta di un ambito popolato di relazioni superficiali, basate sull'apparenza, mentre secondo altri anche senza l'interazione in presenza possono crearsi legami profondi, caratterizzati da dinamiche di dipendenza e da sofferenza molto forte. Una psicologa racconta due casi emblematici, per i quali l'amicizia sui social fa scattare fantasie omosessuali che spaventano e che le ragazze non sanno gestire senza l'aiuto di un adulto.

Int. 11-psicologa: *Dal punto di vista clinico abbiamo ricevuto due-tre chiamate in causa per situazioni in cui, in questo caso erano sempre ragazze, dopo aver chattato per un lungo periodo con un'altra ragazza, c'era un'infatuazione e quindi con tutti i fantasmi dell'omosessualità, perché poi emerge anche tutta quella parte lì, secondo me molto confusiva. Una relazione così intima e così profonda, che ha messo in crisi tutta una situazione, in un caso perché l'adolescente perdeva le nottate e non capivano perché, allora una sorella è intervenuta, perché lei non diceva niente, come se questo fosse uno spazio molto privato e alla fine per farla uscire da questa cosa abbiamo fatto in modo che si incontrassero e la cosa poi è andata a buon fine. Un'altra situazione invece un pochino più complicata, ma con un livello di profondità e di infatuazione di quella situazione, di dipendenza da quel contesto molto forte. Arrivi anche a delle profondità inquietanti, perché poi non riesci a gestirle gran che dal punto di vista emotivo e di realtà, se non con degli strumenti che adesso pian piano ci stiamo inventando.*

Nella discussione è anche emerso il tema della **sessualità**, che per alcuni oggi è vissuta con leggerezza, separando il sesso dall'affettività, complici i social network che rendono molto più facile entrare in contatto con altri giovani con espliciti fini sessuali, come se si saltassero i preliminari del corteggiamento.

Int.7-insegnante: *Mi è capitato a una cena di classe con le quinte, ero seduta vicino al gruppo dei maschietti e ho chiesto com'erano le loro relazioni, soprattutto amorose, e*



loro sono stati molto aperti, confidenziali per quello che permetteva la situazione. "Le relazioni sono prevalentemente basate sul sesso, è molto difficile entrare in relazioni più impegnative". E poi il compagno di fronte ha detto: "Secondo me, è soprattutto colpa dei social network perché è molto facile conoscere qualcuno che ti piace e contattare altre persone solo per interesse sessuale, anche se hai un'altra storia". E io gli ho detto: "Voi come lo vivete?" "Molto male, perché alcuni valori" e questo mi ha fatto sorridere "come ad esempio la verginità non esistono più. È molto difficile trovare delle ragazze, e ovviamente anche dei ragazzi, alla nostra età che non abbiano già avuto esperienze perché l'età media è 15-16 anni".

Per contro una psicologa evidenzia come i ragazzi che accedono allo Spazio di Ascolto presentino il problema opposto, ossia una difficile gestione della verginità che oscilla dal romanticismo allo sfogo attraverso la pornografia online.

Int. 11-psicologa: *Tutti i ragazzini [che accedono allo Spazio di Ascolto] sono vergini, naturalmente con tutto ciò che questo tema comporta, legato alla paura, alla non fiducia, forse con dei tagli più romantici, e quindi essere un po' fuori dal giro. Però non è tanto un confronto con gli altri, quanto l'essere in ritardo su un compito di sviluppo, che io dico: "Hai 18 anni, il corpo deve avere il suo momento ..." è chiaro che ci sono delle pressioni da fuori. Con delle tematiche, soprattutto i ragazzi maschi, sulla pornografia online, usufruiscono molto di questi siti fin dalle medie e quindi l'altra faccia della medaglia probabilmente è il blocco, perché poi c'è la paura, sono un po' disorientati.*

Insegnanti e operatori si trovano oggi anche di fronte a problematiche molto più complesse rispetto al passato, legate all'**integrazione tra diverse culture**. Si tratta di un conflitto generazionale ed etico vissuto in particolare dalle ragazze di origine musulmana, che si trovano in età adolescenziale a fare i conti con un'identità "spezzettata", tra il bisogno di seguire le norme religiose della famiglia di origine e la pressione e il desiderio di vestire e comportarsi come le coetanee.

Int.9-educatrice: *Abbiamo visto tantissime ragazzine di religione musulmana che a casa hanno determinate relazioni, con regole molto rigide, su orari, vestiti, amicizie, opportunità di socializzazione molto limitate. E poi si trovano a scuola, al confronto con i pari, con questa voglia di essere parte di un altro gruppo, che ti mette in discussione su quello che sei tu, quindi questo conflitto è stato molto forte. Poi loro te lo portano con un disagio davvero grande, di essere un po' spezzettati, di non identificarsi più da una parte ma nemmeno completamente dall'altra, sono in questa fase molto faticosa.*

Int.2-psicologa: *...che fa pensare un po' agli anni Settanta, quando c'era l'emancipazione da un certo sistema culturale, in ascensore e queste ragazze fanno così, escono che sembrano delle suore e poi si cambiano all'angolo. Rispondono alle richieste di due culture molto diverse.*

Gli adulti, quindi, spaesati e poco attrezzati di fronte a un universo relazionale sconosciuto e variegato, si ritrovano ancora in una **fase di osservazione e di valutazione degli strumenti da adottare** per aiutare i giovani a navigarlo in sicurezza e per prevenire situazioni di disagio. È necessario quindi approfondire la conoscenza degli obiettivi e delle caratteristiche dell'uso degli smartphone e dei social network, al fine di intervenire sia come genitori, sia come clinici.

Alcuni intervistati riconoscono che forse non ci sono differenze sostanziali con il passato nel rapporto adolescenti-adulti, perché i ragazzi hanno sempre sentito l'esigenza di elaborare linguaggi e modalità di relazione proprie per differenziarsi e rendersi meno intelligibili al mondo degli adulti, per segnare un proprio territorio. In quei contesti però gli adulti potevano mettere in atto strategie di controllo che oggi sembrano impossibili. Se



era relativamente facile dare un'occhiata ai ragazzi a distanza, oppure introdurre operatori di strada che si inserivano in gruppi informali, oggi lo sguardo discreto ma presente dell'adulto attraverso i social media è impraticabile. Per alcuni ragazzi inoltre privilegiare le relazioni virtuali significa anche sottrarsi al confronto con gli altri, evitare di misurarsi e di affrontare le prove.

Int.11-psicologa: *La differenza secondo me è che l'adulto, quando vedeva le aggregazioni off limits, avevi comunque lo sguardo, da qualche balcone gli do un'occhiata, e poi l'idea di introdurre più figure di prossimità, adesso lì è uno spazio veramente... però non è detto che sia abitabile dall'adulto, perché sempre di più intercettiamo quei luoghi lì, il fatto è cosa farne. Per esempio Ask, i ragazzi intercettati nostri dicono: "Ma lì ci vanno solo gli sfigati che vogliono farsi dare delle mazzate", il masochista va lì, che non è così, è a seconda del sottogruppo.*

Int.4-insegnante: *A 17 anni non avevo alcun tipo di relazione con i miei genitori, se non di opposizione, però aveva un suo senso, adesso ti cacciano fuori, poi loro hanno questo loro mondo dove tu quando arrivi loro sono già da un'altra parte. Quest'anno mi è capitato, terza media, ragazzini normalmente bravissimi, normali, che di colpo evitano tutto, prima dell'esame è un esempio sciocco: sa di essere interrogato, mi dà già il diario, non prova nemmeno, evitiamo tutte le cose che mi generano ansia, mi tiro fuori, a questo gioco non partecipo.*

I genitori sono sicuramente i più smarriti. I più sono consapevoli che vanno imposte delle regole, ma senza sapere come fare. Con TV e computer fisso si potevano condividere regole di comportamento familiari, che forse possono essere estese al tablet, ma per lo smartphone queste regole non hanno più senso.

Int.11-psicologa: *Sia come genitori sia come (operatori) secondo me siamo ancora nella fase di osservazione, abbiamo appena varcato la soglia del dire: "Glielo togli, non lo fai stare tante ore lì", su questa cosa abbiamo tutti un po' gettato la spugna, la si sta riprendendo in mano per tentativi, più su questo tema delle pedagogie del contratto, ma da quando Internet è finito in tasca e fra un po' sarà nel cervello, non è che possiamo controllare le ore, non è più la tv in salotto, la tv in camera, ma è in tasca dalla tenera età, quindi bisognerà attrezzarsi su che filtri, adesso lo smartphone si dà come regalo alla prima comunione! [...] Allora tutta una serie di strategie di buon senso comune anche da parte dei genitori, con figli dalla quarta elementare in poi, ogni famiglia studia la sua strategia, quindi "Noi usiamo il tablet", il tablet è ancora di uso non personale, quindi su questo ci sono già tutta una serie di riflessioni, soprattutto dall'America, che poi sono molto pratici: le regole sulla password, noi siamo molto timorosi, loro nativi digitali sono più esperti perché in confronto a noi hanno smanettato dalla tenera età. Però anche lì: come organizzarsi come mondo adulto per regolamentare questo strumento che è nuovo.*

L'utilizzo ininterrotto del proprio telefono cellulare, che non si abbandona nemmeno durante le lezioni, è considerato un elemento che distoglie dal qui ed ora. Si tratta di un aspetto richiamato anche nel focus group con gli adolescenti, a testimoniare la consapevolezza che i ragazzi hanno della loro condizione, accompagnata da una condanna degli **adulti, spesso incapaci di rispettare le stesse regole di comportamento che impongono a studenti o figli**. Un uso a tratti irresponsabile e poco consapevole dei dispositivi tecnologici da parte di insegnanti e genitori è ammesso anche dai partecipanti al focus group con gli adulti.

Int.9-educatrice: *È un utilizzo inconsapevole da parte di fior di adulti che poi si ergono a giudici di come i ragazzi lo utilizzano, genitori che fanno gli adolescenti ... dal ragazzino magari te lo aspetti che non abbia ancora la struttura per capire certe cose, da un adulto magari ti aspetti delle cose differenti.*



Inoltre gli insegnanti si trovano di fronte al dilemma della scelta tra divieto e uso costruttivo dello strumento, oltre a dare spesso messaggi incoerenti tra le richieste di adesione a norme formali e informali e i loro comportamenti a scuola.

Int.8-amministratore/insegnante: *Ci dev'essere una linea coerente in tutto l'istituto, perché altrimenti vedi il docente che lo utilizza, l'altro che non lo utilizza, disorienta molto i ragazzi questo. La scuola è sottoposta a spinte contrastanti: alcuni colleghi docenti spingono per l'utilizzo massiccio del cellulare, c'è questo acronimo (BION) utilizzare il proprio smartphone o tablet per lezioni interattive, per fare ricerche mentre si spiega, poi effettivamente diventa difficile controllare se stanno facendo una ricerca; dall'altra non utilizzarlo. Molti docenti si trovano un po' disorientati, io personalmente cerco di instaurare un rapporto di fiducia, glielo faccio utilizzare e se hanno bisogno chiedo a loro di fare delle ricerche: non torna una data, fate una ricerca, però è pericoloso. O non ce l'abbiamo o se ce l'abbiamo come lo dobbiamo utilizzare. Secondo me la scuola su questo è abbastanza impreparata.*

I partecipanti si sono inoltre confrontati sul tema del ritiro sociale, a partire da due casi clinici seguiti dalle psicologhe presenti nel gruppo. Le due professioniste mettono in luce la presenza di molte situazioni intermedie, che non si configurano come ritiri sociali veri e propri, ma come **abbandoni scolastici**. Spesso l'esordio può coincidere con la bocciatura o con difficoltà a portare avanti il proprio percorso curricolare che, innestate su situazioni di particolare fragilità psichica, possono comportare la decisione di interrompere il corso di studi.

L'estensione **dell'obbligo scolastico agevola l'intercettazione dei casi** a rischio di ritiro sociale, perché permette agli insegnanti di segnalare le situazioni problematiche, evitando i tentativi di collusione dei genitori. Quando l'intero nucleo familiare è disfunzionale e il disagio dell'adolescente ha origine da problemi relazionali con i genitori, l'intervento dei servizi può non essere facile, soprattutto in caso di **resistenza alla richiesta di aiuto**. I videogiochi, così come le sostanze, possono rappresentare per alcuni ragazzi stampelle che aiutano a "funzionare meglio", ma allo stesso tempo, trattandosi di un consumo in solitudine, agevolano la chiusura verso l'esterno. L'indicazione degli operatori è di non togliere improvvisamente questo "sostegno" al ragazzo, che altrimenti si troverebbe spaesato, ma di adottare un approccio graduale che, costruendo una relazione di fiducia, miri a comprendere i bisogni ai quali questi strumenti rispondono.

Int.9-educatrice: *Su questo ragazzo stiamo lavorando con la famiglia perché non insista a togliergli le canne del tutto, in questo momento hanno una funzione anche forte per lui. È un po' quello che dicevate voi, se gli tolgo la stampella, questo cade e poi con questi ragazzi così difficili, così chiusi, te la devi giocare sulla relazione. Ed è lo stare con loro in quella cornice, no? Ed è difficilissimo, molto faticoso.*

Il fenomeno è nuovo, come lo era negli anni Novanta la tossicodipendenza. Dagli errori di quel periodo si possono trarre lezioni utili dal punto di vista sia dell'intervento sia della prevenzione, per iniziare dalla consapevolezza dell'unicità dell'esperienza personale e dell'assenza di risposte valide per tutti. I videogiochi e la loro abilità sui social da problema possono diventare l'elemento che favorisce l'aggancio per riportarli dentro una dimensione sociale reale.

Int.11-psicologa: *Sulla clinica anche, stavo pensando a questo discorso dei ritirati e degli esposti: c'è il ragazzino che per sua natura, per sua storia usa Internet come luogo di esposizione di sé, con tutte le varie conseguenze, c'è invece quello che si mette dietro le quinte e ne combina più di Bertoldo, senza mai apparire, in qualche modo usa la rete per ritirarsi dalle relazioni dirette e giocare un pochino più ... e su quegli aspetti li l'attrezzarsi vuol dire conoscere il fenomeno. A me ricorda molto l'approccio che abbiamo avuto con le sostanze, negli anni 80' dicevi: "lo non parlo con te, perché parlo con l'eroina, torna*



quando sei pulito". Poteva voler dire morirci su quella panchina, quindi molto confrontazionale, per poi passare al motivazionale: "Cosa ti sta succedendo, cosa provi..." quindi noi parliamo ancora dei social come fossero un tutt'uno, sono mondi completamente diversi, come noi diciamo: "le droghe", quindi cosa succede, che canali sono, che spazi ci sono... e anche i ragazzi sono in difficoltà perché li utilizzano come fosse qualcosa di privato, invece quel privato è pubblico, mondiale, globale.

Int.11-psicologa: A me è successo di seguire con questa etichetta un ragazzo, altri due a scavalco... la novità è che in cameretta c'è il videogioco [...] [che] in qualche modo porta un terzo, un'altra persona che comunica con te. Quindi, l'esordio: una situazione di vergogna, di fallimento, di difficoltà a scuola, l'evitare di prendere il pullman [...], un tentativo di suicidio, ragazzo di 15 anni e mezzo, mamma che gli stacca il computer, lui fa per buttarsi giù dalla finestra, lo ricoverano [...] li non sanno bene dove inviarlo, arriva nello spazio d'ascolto giovani- sono ragazzini difficilissimi. Io ci ho messo un anno, adesso forse ci guardiamo un po' negli occhi, [...] l'unico contatto è stato parlare dei videogiochi. Anche con la mamma ho detto di non staccare, di regolamentare... comunque è stato chiuso in casa due anni. E il primo evitamento è stato: prendeva il bus, quello degli operai, per evitare di incontrare i suoi coetanei. [...]. È un ragazzino molto intelligente, creativo, con una storia un pochino faticosa alle spalle, questa situazione ha portato un po' tutti a ragionare allo spazio d'ascolto su come intervenire.

Int.2-psicologa: Io ho l'esempio di un ragazzo che è arrivato quattro anni fa, anche lui ritirato in camera sua, l'esordio è stato cambiare scuola, prima superiore, è andato a scuola una settimana, dopo di che si è chiuso in camera, quando è arrivato da me l'unica cosa che faceva era: passare le giornate in camera e giocare con i videogiochi. E io [...] da buona ignorante dei videogiochi mi sono fatta una cultura, lui si è gratificato tanto a insegnarmi una serie di videogiochi e gradualmente con un supporto farmacologico per la depressione siamo arrivati a scuola, [...] Siamo riusciti, grazie all'utilizzo dell'insegnante di sostegno che ha inizialmente fatto scuola in una saletta della scuola senza poter entrare in classe, abbiamo fatto così per un po' di mesi, poi gradualmente abbiamo iniziato a entrare in classe in alcune ore, aveva inizialmente l'orario ridotto, poi l'orario che si è ampliato sempre di più. [...] Questo è il caso più grave che abbiamo seguito perché lui era ritirato a tutti gli effetti, lui è stato per più di un anno, forse per due anni senza uscire di casa. Quando ha cominciato andava a scuola e basta, adesso sta uscendo tutte le sere [...] Però ne abbiamo tanti che chiamiamo semi-ritirati, sono ritirati da scuola. Una ragazza bocciata l'anno scorso, quest'anno dopo pochi giorni di scuola, il rifiuto pieno. Abbiamo costruito con la scuola un percorso di didattica a domicilio che ha rifiutato pesantemente [...] Lì l'esordio è stata la bocciatura [...]

Non solo la scuola, ma la comunità può avere un ruolo importante nell'intercettare situazioni a rischio come testimonia il racconto di un sindaco, che mette in luce come il fenomeno del ritiro sociale non riguarda solo gli adolescenti ma anche gli adulti.

Int.8-amministratore/insegnante: A me come sindaco sono giunte delle richieste di informazioni su un ragazzo che penso che abbia dai 25 ai 30 anni e che da anni non si vede. Parlando con i cittadini siamo riusciti a raggiungerlo, è in casa con la mamma, anche lei problematica, quindi era un problema per la psichiatria adulti, la neuropsichiatria non poteva più prenderlo in carico. C'è un po' di difficoltà a coordinare il tutto in questi casi borderline, quando è tutto il nucleo che è incistato in qualcosa che non va, diventa molto difficile da stanare. Questo è un problema che riscontro in questi nuclei, ma c'è anche una coppia che si è chiusa in casa e non penso sia il problema dell'online. Come un altro caso, mamma e figlia con un convivente, in condizioni difficili perché se non c'è la volontà da parte del paziente di indirizzarsi al DSM, questi continuano a vivere così, quindi è un po' difficile. Nel caso dei ragazzi, dei bambini, sicuramente questo è molto più facile da riscontrare, perché si spera che la famiglia curi il figlio/la figlia.



Il sindaco racconta dell'istituzione di un tavolo per la salute mentale, che per ora ha solo evidenziato l'assenza di strumenti in caso di refrattarietà all'aiuto, senza riuscire a individuare soluzioni.

Un'insegnante sottolinea anche l'importanza di non confondere livelli di rischio molto diversi. La maggior parte dei ragazzi a rischio di abbandono scolastico, lo sono perché mancano di supporto adeguato o non amano lo studio. La minoranza che invece ha problemi relazionali e inizia a manifestare forme di chiusura, in genere ha problemi la cui origine è remota. Difficile distinguere la causa dall'effetto.

È necessario, quindi, agire in modo **preventivo**, per evitare che le situazioni peggiorino e si trasformino in un ritiro sociale totale, proponendo progetti sulla salute mentale nelle scuole e sul territorio. Fornendo ai giovani gli strumenti per riconoscere i segnali di condizioni problematiche, si potrebbe quindi permettere ad amici e compagni di agire da sentinelle per gli operatori, consentendo di individuare le situazioni a rischio. Sarebbero necessarie, inoltre, **azioni di sensibilizzazione rivolte a genitori e insegnanti**, poiché la maggior parte delle situazioni si sviluppano in casa, ma a scuola si possono cogliere i sintomi del disagio del giovane. Secondo alcuni operatori, il contesto scolastico è un osservatorio importantissimo, a partire dalle elementari, all'interno del quale si potrebbero organizzare corsi e laboratori sull'autostima, al fine di rafforzare la capacità di affrontare situazioni di fallimento e di crisi.

Int.6-educatore: Credo che un'azione tempestiva sulla problematica possa aiutare ad anticipare tutta una serie di passaggi e a non andare troppo avanti, perché è difficile intervenire poi su una situazione di chiusura totale. E quindi anche una serie di percorsi facilitatori, anche a livello sociale, pratico, se no si rischia di arrivare a una situazione troppo compromessa. [...] Credo che i genitori siano un nodo cruciale, e poi la situazione si sviluppa in casa, quindi magari uno dall'esterno rischia di avere una visione della situazione un po' parziale

Int.9-educatrice: Penso che la scuola sia un osservatorio straordinario, ma già a partire dalle elementari, è vero c'è poca informazione su tematiche specifiche, però la quotidianità della scuola è una risorsa straordinaria. Il far sperimentare situazioni di autoefficacia ai bambini, il farli sperimentare che funzionano, quello fa parte del clima ed è da rinforzare, perché abbiamo detto prima che sono tutti ragazzi fragili, con fatiche, con vissuti di fallimento, di non funzionamento.

Bisognerebbe **potenziare gli sportelli di ascolto** nelle scuole e modificarne le regole di accesso, evitando di vincolarlo all'autorizzazione dei genitori. Inoltre, un altro aspetto da migliorare riguarda la comunicazione tra diversi servizi che si occupano delle stesse situazioni, in modo da favorirne la collaborazione.

Int.10-educatrice: Il lavoro sul territorio, la prevenzione è la prima cosa e l'osservazione, vedere tutti gli indicatori che possono far pensare che ci sia un rischio e provare a intervenire su quelli, prima che sia poi già fisso e passi in patologia. (...) Nei centri aggregativi se si crea il rapporto di fiducia con i ragazzi, è più un passaparola con l'amico che dice all'educatore: "Guarda che ho visto quel ragazzo che fa quello ..." potrebbe funzionare presentare la cosa, dare degli strumenti ai ragazzi per riconoscere determinati segnali, che loro stessi possono poi riportare all'operatore, se c'è una fiducia reciproca.

L'esperienza di centri di ascolto a scuola sembra ormai retaggio di un tempo passato. Sono molte le scuole che richiedono l'autorizzazione dei genitori per l'accesso al colloquio, aspetto formale che ha snaturato il senso stesso dei centri, ossia essere un punto di ascolto per situazioni critiche, anche momentanee, che spesso i ragazzi vivono all'insaputa dei genitori. Erano un'importante opportunità per intercettare precocemente situazioni che potevano evolvere in modo problematico, ma anche un'occasione per un sollievo temporaneo. Alcune scuole hanno aggirato gli impedimenti normativi, prevedendo la presenza di educatori e non di psicologi.

Int.11-psicologa: Gli spazi d'ascolto, in Regione l'accordo è che si poteva venire ad ac-



cesso libero, ma son solo due le leggi che tutelano i minori dai genitori: l'interruzione di gravidanza e l'uso di sostanze. Anche su quello ci sono tensioni a non finire, perché poi il SerD se i minorenni avessero bisogno del metadone chiama i genitori. Sull'interruzione di gravidanza invece è una cosa di privacy, su tutte le altre si apre l'ultimo accordo regionale dei consultori che ospitano consultori di adolescenti per la figura dello psicologo, le firme di uno e dell'altro genitore. Tu pensa, ci sono famiglie monogenitoriali, con il papà in Polonia, come fai? Noi gli diciamo di far firmare la mamma e poi vediamo.

Int. 9-educatrice: *Infatti gli spazi d'ascolto da noi sono gestiti solo da educatori.*

Int.11-psicologa: *Adesso, ma non so se cambieranno, per il momento è: tu fai firmare una liberatoria ai genitori generica e c'è anche lo spazio per quello. Se l'educatore si rende conto che c'è una problematica importante, i primi a essere chiamati saranno i genitori.*



4. DISCUSSIONE E CONCLUSIONI

In linea con i risultati dello studio della Fondazione Zancan (Barbero Vignola, 2017), l'indagine presenta un quadro di relativo benessere dei quindicenni cuneesi, caratterizzato da relazioni familiari e amicali soddisfacenti, un buon livello di autostima e di apprezzamento nei confronti delle attività del tempo libero e del proprio contesto di vita.

Le ragazze e i liceali esprimono giudizi più negativi rispetto ai ragazzi e agli studenti degli istituti tecnici e professionali, sia per quanto riguarda le relazioni con i pari e con i genitori, sia per ciò che concerne la soddisfazione espressa verso il luogo di residenza e il proprio aspetto fisico. Tale atteggiamento può essere rivelatore di un maggiore spirito critico delle studentesse, confermato anche nell'ambito delle relazioni sentimentali, e dei liceali. La maggiore capacità di (auto)analisi femminile pare emergere anche nell'ambito dell'utilizzo di internet e dei social network. Sebbene le ragazze trascorrono un maggiore numero di ore al giorno sui social rispetto ai compagni, ne rilevano più spesso gli aspetti negativi, ritenendoli limitanti nella costruzione di relazioni reali. Come nei focus group, il 64% degli intervistati esprime una certa preoccupazione in tal senso, rilevando una scissione tra l'immagine di sé data sui social e la propria identità reale.

Proprio nel focus group con gli adolescenti, sono state approfondite sia le pressioni sociali a esibire un sé virtuale adeguato agli standard normativi, sia le conseguenze della continua pubblicizzazione della propria vita relazionale, in termini di difficoltà a vivere *l'hic et nunc*. La trasformazione di ogni occasione ricreativa in una vetrina in cui immortalare i singoli frammenti, rende ostica la possibilità di godere della presenza della persona con la quale si interagisce.

Anche gli adulti sottolineano conseguenze ambivalenti dei social network sulla vita relazionale degli adolescenti: da un lato, facilitano la creazione di contatti e la possibilità di ampliare la propria rete sociale, dall'altro favoriscono l'esposizione della propria vita privata allo sguardo altrui e aumentano la difficoltà di ottenere riconoscimento dai pari. Dal focus group con gli adulti di riferimento emerge una sorta di scissione tra la vita relazionale reale e quella virtuale degli adolescenti, quest'ultima caratterizzata dalla creazione di diversi profili e dall'utilizzo di molteplici strumenti per ottenere popolarità, obiettivo considerato centrale dai giovani intervistati.

D'altra parte, la generazione dei "sempre connessi" trascorre gran parte del proprio tempo libero navigando nella rete. In linea con l'ultimo rapporto Espad, il 90% dei 15enni cuneesi trascorre almeno un'ora al giorno su Internet, utilizzando i social; computer e videogiochi si confermano parte integrante della routine quotidiana di ragazzi e ragazze, con alcune attività quali navigare su Internet e chattare diffuse trasversalmente. Emerge, tuttavia, una differenza di genere nel tipo di utilizzo prevalente di Internet e dei social: ludico-ricreativo per i ragazzi, che affermano di giocare online più frequentemente delle coetanee, socio-espressivo per le ragazze, che dichiarano di parlare con gli altri *user*, osservare gli amici, cercare contenuti di interesse ed esprimere la propria opinione in misura maggiore rispetto ai compagni. In generale, Internet appare un mezzo di scambio e condivisione di informazioni rilevante per i giovani, mentre la funzione ricreativa, esercitata dalla possibilità di giocare online, da soli o in gruppo, anche vincendo soldi, è più diffusa tra i maschi e gli studenti degli istituti tecnici e professionali, ma appare residuale. Gli adulti, come emerge dal rapporto CISF (2017) si trovano ancora in una fase di osservazione e di valutazione degli strumenti più idonei per intervenire, sovente "navigano a vista" nel tentativo di bilanciare la concessione di spazi di libertà e la supervisione con l'imposizione di qualche limite all'utilizzo dei dispositivi tecnologici.

Il tempo libero dei ragazzi cuneesi "offline" è caratterizzato da attività sportive, più praticate dai ragazzi rispetto alle ragazze e dai liceali in modo più frequente rispetto agli studenti dei professionali. Inoltre, circa metà del campione dichiara una qualche forma di impegno politico o sociale, mentre il coinvolgimento in attività di volontariato è poco rilevante. Sebbene quasi la metà degli studenti trascorra il proprio tempo libero con amici intimi (modalità di incontro preferita ai gruppi numerosi) uno su cinque dichiara di uscire poco o per nulla, segno probabile di una predilezione per una socialità che si esprime tra le mura domestiche.



Emergono differenze di genere, nuovamente, per quanto riguarda le uscite serali, più frequenti per i ragazzi che per le ragazze, più inclini, queste ultime, alle chiacchiere intime tra amiche. D'altra parte, i giovani intervistati sembrano godere di maggiore libertà nella gestione della propria vita sociale rispetto alle intervistate, che subiscono un controllo delle uscite più stringente da parte dei genitori. Ciò si riflette, probabilmente, nella minore soddisfazione nei confronti del tempo libero espressa dalle ragazze, a fronte della percezione di maggiori pressioni alla riuscita scolastica rispetto ai coetanei.

In linea con lo studio della Fondazione Zancan, il livello di insoddisfazione generalmente cresce nei confronti del proprio aspetto fisico, del quale solo un quarto del campione dichiara di essere soddisfatto, probabile segno dei cambiamenti corporei adolescenziali, che lasciano i ragazzi disorientati e spesso confusi. Tuttavia, i giovani sembrano sperimentare relazioni positive con i pari e con gli adulti (sia con i padri sia con le madri, anche se i ragazzi le percepiscono migliori rispetto alle ragazze). Da precisare che la figura materna risulta il punto di riferimento per gli adolescenti, capace di fornire supporto emotivo e di ascoltare i problemi e preoccupazioni, in misura maggiore rispetto alla figura paterna.

Anche il contesto scolastico, fondamentale ambito di crescita e di promozione del benessere adolescenziale, è vissuto generalmente in modo positivo, con una buona qualità delle relazioni con i pari, rafforzata dalla presenza di episodi di bullismo non molto frequenti, più spesso inflitti che subiti. Tuttavia un ragazzo su tre non si sente trattato giustamente dagli insegnanti. Questo dato conferma la necessità di investire risorse ed energie per promuovere a scuola un contesto capace di sostenere e favorire il benessere psico-sociale degli adolescenti, anche attraverso il miglioramento delle relazioni alunni/insegnanti.

All'interno di questo panorama relazionale positivo, compaiono altre ombre, caratterizzate dalla percentuale non irrisoria (35%) di intervistati che dichiara di conoscere coetanei che hanno ridotto i loro contatti sociali fino a non uscire più di casa. Anche dal focus group con gli adolescenti emergono descrizioni di conoscenti e amici che si conformano a casi di ritiro parziale, essendo caratterizzati da forme di diversità che mal si adattano agli standard sociali. Gli adulti intervistati hanno esperienza di situazioni di ritiro totale, espressione di disagi esistenziali e familiari, che devono essere affrontati con estrema cautela, evitando soluzioni drastiche come l'eliminazione del "supporto" tecnologico senza aver elaborato le difficoltà relazionali all'origine del fenomeno.

Il fenomeno del ritiro è più familiare ai ragazzi, rispetto alle ragazze, ed è attribuito prevalentemente a difficoltà a entrare in relazione con gli altri, alla percezione di essere emarginati dagli altri e all'utilizzo eccessivo di internet.

Un importante elemento di riflessione è dato dal rischio di sviluppare un uso eccessivo di Internet o un superinvestimento nella rete, che riguarda il 40% dei 15enni cuneesi, e dal fatto che il 50% esprime un rischio moderato o alto di incorrere negli effetti negativi del troppo tempo trascorso a giocare con smartphone e tablet. Relazioni positive con la madre e con gli amici risultano fattori protettivi nello sviluppare comportamenti a rischio, mentre aver subito episodi di bullismo, presentare inferiori livelli di autostima, maggiori sintomi depressivi, esperienze scolastiche negative ed elevati livelli di stress scolastico appaiono fattori di rischio.

In conclusione, secondo i ragazzi per prevenire tale fenomeno è utile attuare iniziative che li vedano protagonisti, con apertura di spazi extrascolastici e iniziative di informazione e di sensibilizzazione rivolte agli adolescenti in primis, e poi a famiglie e insegnanti. Ugualmente rilevanti sono i punti di ascolto a scuola, gestiti da personale esterno, e le scuole a porte aperte come luogo di incontro. Attraverso il rafforzamento e la valorizzazione del tessuto relazionale e in particolare familiare, si può prevenire ed eventualmente affrontare il ritiro sociale. Sebbene la tecnologia abbia contribuito ad alimentare il fenomeno, spesso con la connivenza dei genitori, le cause del ritiro sono individuate in un allentamento dei legami sociali e territoriali, che chiama in causa la scarsa presenza di centri di aggregazione giovanili. La limitazione delle attività nel tempo libero si lega alla solitudine degli adolescenti, che può essere contenuta attraverso la promozione di attività di gruppo. Per affrontare l'ineadeguatezza e il senso di spaesamento dei giovani è necessario dare loro spazio e modo di pensarsi e sperimentarsi come collettivi, che superino la dimensione atomistica nella quale



sono immersi. La comunità, quindi, può prevenire il disagio giovanile, e il ritiro sociale nello specifico, favorendo il passaggio dall'individualismo al collettivismo anche attraverso l'alfabetizzazione alle competenze emotive e relazionali fin dalla scuola dell'infanzia. La messa in rete di risorse e competenze e la condivisione degli spazi dovrebbe essere accompagnata dalla presenza di figure che, aggiungendosi a educatori e istruttori sportivi, favoriscano le occasioni di incontro e di scambio tra i giovani nel tempo libero. I ragazzi ricercano gli adulti come punti di riferimento, sarebbe necessario quindi creare le condizioni affinché l'incontro e lo scambio con gli adulti avvenga in modo costruttivo e continuativo.



APPENDICE METODOLOGICA

Il questionario

Il questionario è uno strumento quantitativo utilizzato per raccogliere informazioni in modo standardizzato e su campioni numerosi, in modo da poter sottoporre le informazioni ottenute, sotto forma di dati numerici, a elaborazioni di tipo matematico-statistico.

Il questionario: "Essere adolescenti oggi" è stato appositamente costruito dal gruppo di ricerca, è composto da 45 domande prevalentemente chiuse (sono solo 4 le risposte aperte) e a risposta multipla (sono 9 le domande dicotomiche, che prevedono risposte "sì" o "no"), molte delle quali consistono in scale graduate, con modalità di risposta ordinate secondo il livello di accordo espresso nei confronti di specifiche affermazioni, il livello di intensità con il quale si esperiscono alcune sensazioni e il livello di frequenza di determinate attività. Per ogni item (o sotto-domanda) è stata predisposta una scala di accordo/disaccordo, di frequenza e di intensità, composta da 4 a 6 modalità⁴³.

Lo strumento è stato rivolto e somministrato alla popolazione degli studenti delle classi seconde degli istituti secondari di II grado della città di Cuneo (nella sezione relativa al campione, si preciseranno gli scostamenti avvenuti tra popolazione e campione effettivo di intervistati). Creato in Google Moduli, è stato compilato dai ragazzi durante l'orario scolastico e in aula di informatica (tranne poche classi che non avendo un'aula adeguata hanno utilizzato il cartaceo) nel periodo ottobre – dicembre 2017.

Di seguito, sono presentate nel dettaglio le aree indagate e le fonti delle domande:

- *Attività del tempo libero* (tratte dallo Studio ESPAD Italia, 2016, adattate da Johnston, 2010). È stato chiesto agli studenti di descrivere con quale frequenza svolgono una serie di attività durante il loro tempo libero. Sono stati utilizzati 11 item: giocare con il computer e con i videogiochi; partecipare ad attività sportive; partecipare attivamente ad attività di volontariato; partecipare ad attività di impegno politico o sociale; leggere libri per piacere; uscire la sera; dedicarsi a hobby; navigare in Internet per svago; chattare; giocare alle nuove slot machine; fare giochi con cui si vincono o si perdono soldi. Le modalità di risposta previste per tutti gli item sono comprese tra "mai", codificata 1, e "quasi ogni giorno", codificata 5.
- *Con chi trascorrono il proprio tempo libero*. Si tratta di una domanda per la quale gli intervistati possono scegliere una modalità di risposta tra le seguenti: da solo, con il proprio/a ragazzo/a, con fratelli/sorelle, con genitori, con altri parenti, con il migliore amico/a, con dei buoni amici, con un gruppo più numeroso di amici, all'interno di attività organizzate. Tale item, nelle analisi presentate nel rapporto, è stato ricodificato in "da solo", "in famiglia", "relazioni amicali intime", "gruppo amicale numeroso", "attività di gruppo organizzate".
- *Cosa fanno solitamente insieme agli amici*: la domanda propone ai giovani di scegliere, attraverso una modalità di risposta dicotomica "sì/no", di indicare i seguenti aspetti: usciamo (passeggiate, piazza, locali...), studiamo; facciamo sport/attività fisica; giochiamo ai videogiochi/computer; chiacchieriamo a casa di uno o dell'altro.
- *Frequenza con cui possono incontrare gli amici e i compagni di scuola*: la domanda prevede modalità di risposta che vanno da "mai" (codificata 1); "qualche volta l'anno", "qualche volta al mese", "qualche volta a settimana", "tutti i giorni" (codificata 5).

43 Si tratta perlopiù di Scale Likert, composte da una serie di item collegati alle dimensioni che si vuole indagare: ogni item rileva lo stesso concetto sottostante, pertanto si tratta di scale unidimensionali, presentate agli intervistati in batterie. Le modalità di risposta vanno da fortemente d'accordo a fortemente in disaccordo, a ciascuna è attribuito un punteggio e la somma dei punteggi alle risposte di ogni individuo sull'intera batteria rappresenta la posizione del soggetto sul concetto indagato. Si tratta quindi di una scala additiva.



- *Libertà di uscire*: la domanda richiede di riferire se possono uscire "alle condizioni dettate dai genitori"; "quando vogliono", o se "i genitori non lo consentono".
- *La qualità delle relazioni* è stata indagata prendendo in considerazione tre scale separate (tratte dalla *Scala IPPA «Inventory of Parent and Peer Attachment»* Armsden e Greenberg, 1987; validata da San Martini, Zavattini e Ronconi, 2009). La *Relazione con la madre* e la *relazione con il padre* fanno riferimento a 11 item in cui si chiede ai ragazzi e alle ragazze quanto parlano dei loro problemi con i rispettivi genitori, se questi ultimi li aiutano a conoscersi, se si interessano ai loro problemi quando li vedono preoccupati per qualcosa, se i ragazzi e ragazze si sentono rispettati nei loro sentimenti, se si sentono compresi e sostenuti o, al contrario, se provano imbarazzo a parlare con i genitori dei loro problemi, se li disturbano o meno con le loro preoccupazioni, se percepiscono di ricevere sufficienti cure, se sono arrabbiati con la madre e il padre, se si arrabbiano facilmente con i genitori, se vorrebbero avere genitori diversi da quelli che hanno. Le modalità di risposta variano da "per niente" (codificata 1); "poco", "abbastanza", "molto" (codificata 4); Range di risposta 11-44; l'Alpha di Cronbach, un coefficiente di coerenza interna della scala, è pari a .85 per la scala materna; pari a .86 per la scala paterna⁴⁴.
Per indagare le *relazioni amicali* è stata utilizzata una scala composta da 12 item (range di risposta 12-60) in cui si chiede agli studenti di riferire il grado di accordo rispetto alle seguenti affermazioni: parlo con i miei amici dei miei problemi, i miei amici mi aiutano a conoscermi meglio, si interessano se sanno che c'è qualcosa che mi preoccupa, rispettano i miei sentimenti, mi accettano per quello che sono o, al contrario, non disturbo i miei amici con i miei problemi, vorrei avere amici diversi da quelli che ho, i miei amici non si curano molto di me, mi arrabbio facilmente con loro, quando parlo dei miei problemi con i miei amici mi sento in imbarazzo, sono arrabbiato con loro. Le modalità di risposta vanno da "fortemente in disaccordo", "in disaccordo", "né d'accordo/né in disaccordo", "d'accordo", "fortemente d'accordo". Il range di risposta è 12-60; l'Alpha di Cronbach è pari a .80.
- *Soddisfazione in vari ambiti*: è stata indagata la soddisfazione percepita nei confronti dei rapporti con la famiglia, del tempo libero, della salute, dei rapporti con i coetanei, delle condizioni economiche, del paese/*quartiere* in cui vivono, dell'aspetto fisico, dell'amore. Le modalità di risposta previste variano da "molto insoddisfatto" (codificata 1) "insoddisfatto", "indifferente", "molto soddisfatto" (codificata 4).
- *Fenomeno del bullismo*: sono state utilizzate due scale (tratte da HBSC Italia, 2014), la prima si riferisce agli *atti subiti* dai giovani (vittimizzazione) e la seconda agli *atti compiuti* nei confronti dei compagni (bullismo). Per quanto riguarda gli atti subiti la scala è costituita da 8 item che analizzano se i giovani si sono trovati in una delle seguenti situazioni: aver subito bugie o falsità; essere insultati, offesi o presi in giro; esclusi o ignorati dal gruppo; aver subito scherzi, gesti o commenti di natura sessuale; essere presi in giro per la propria religione; per la propria nazionalità; per il proprio orientamento sessuale; essere infastidito con il computer o il cellulare. Le modalità di risposta vanno da "mai" (codificata 1), "qualche volta all'anno", "qualche volta al mese", "qualche volta a settimana", a "tutti i giorni" (codificata 5). Il range di risposta varia da 8 a 40. L'Alpha di Cronbach è pari a .79.
- Per quanto riguarda gli *atti di offesa compiuti* verso qualcuno si è chiesto agli studenti di indicare, rispetto alle situazioni descritte nella scala precedente, anche se essi avevano colpito, calciato, spinto o rinchiuso qualcuno; la modalità di risposta prevista, in questo caso, è dicotomica ("sì/no"); il range di risposta è 0-9. L'Alpha di Cronbach è =.70.

⁴⁴ L'Alpha di Cronbach è un indice di attendibilità della scala, che esprime il grado di accordo tra tutti gli item di un test; solitamente un valore oltre .80 è considerato eccellente. Nel paragrafo 2.1.4 si illustrano gli strumenti statistici utilizzati.



- *La relazione con se stessi*: per valutare il livello di *Autostima* è stata utilizzata la scala dell'autostima di Rosenberg (Rosenberg, 1965, validata da Prezza, Trombaccia, Armento, 1997). Essa è composta da 10 item in cui i ragazzi devono riferire il loro grado di accordo rispetto ad affermazioni come: penso di valere almeno quanto gli altri; penso di avere un certo numero di qualità; sono in grado di fare le cose bene come la maggior parte delle persone; ho un atteggiamento positivo verso me stesso; complessivamente sono soddisfatto di me stesso; o al contrario, sono portato a pensare di essere un vero fallimento, penso di non avere molto di cui essere fiero, desidererei avere maggiore rispetto di me stesso, senza dubbio a volte mi sento inutile, a volte penso di essere un buono a nulla. Le modalità di risposta previste vanno da "fortemente in disaccordo" (codificata 1), "in disaccordo", "d'accordo", "fortemente d'accordo" (codificata 4). La scala presenta cinque affermazioni positive e 5 negative; il range di risposta varia tra 12 e 40. L'Alpha di Cronbach è pari a .84.
- Per rilevare i *Sentimenti depressivi* è stata utilizzata la versione ridotta del SMFQ (*Short Mood and Feelings Questionnaire*) a 13 item (Angold, Messer et al. 1995) che indaga quanto spesso, nelle ultime due settimane, i ragazzi si sono sentiti tristi e infelici, se non hanno provato piacere per nulla, se sono stati così stanchi da non aver voglia di fare niente, se si sono sentiti inquieti, non capaci di concludere qualcosa, se hanno pianto molto, se hanno avuto difficoltà a pensare e a concentrarsi, se hanno provato sentimenti di odio verso se stessi, se si sono sentiti cattivi, soli, se hanno pensato che nessuno volesse loro veramente bene, se hanno pensato di non poter essere buoni come gli altri ragazzi, se non hanno fatto nulla di buono. Le modalità di risposta previste vanno da "mai" (codificata 1) "a volte", "spesso" (codificata 3), range 13-39. L'Alpha di Cronbach è pari a .87.
- *Cosa si fa sui social*: È stato chiesto ai giovani di riferire per quali attività usano i social media. A questo proposito sono stati utilizzati 8 item tratti dal *Social Network Survey* (Philips, Shibbs, 2012). Io uso i social per: parlare con gli amici-users; giocare online; scambiare informazioni o contenuti di interesse; conoscere l'opinione degli amici-users; esprimere la propria opinione; osservare e/o sapere cosa stanno facendo gli amici-users; giocare online da soli. Con le seguenti modalità di risposta: "mai" (codificata 1), "raramente", "ogni tanto", "abbastanza spesso", "sempre" (codificata 5).
- *Ore trascorse su internet, negli ultimi 30 giorni, in una giornata tipo*. Si tratta di 6 domande (tratte dallo studio ESPAD Italia, che riassume informazioni da Jia & Jia, 2009 e Meerkerk et al., 2010) che rilevano il tempo trascorso usando social networks; facendo giochi online; facendo giochi in cui si possono vincere soldi; leggendo, navigando, cercando informazioni; scaricando musica, video, film; cercando, vedendo o comprando prodotti... Le modalità di risposta previste vanno da "nessuna" (codificata 1), "mezzora o meno", "circa 1 ora", "circa 2-3 ore", "circa 4-5 ore", "6 o più ore" (codificata 6).
- *Con chi sono quando usano Internet*. Si chiede di riferire se quando usano Internet sono da soli, con amici, con genitori, con fratelli/sorelle. La modalità di risposta è dicotomica (si/no).
- *Cosa pensano i ragazzi dell'uso di smartphone, tablet e computer e dei social in generale*. Rispetto agli strumenti di comunicazione si è chiesto di scegliere tra tre opzioni di risposta: consentono di allargare la propria rete sociale; modificano i rapporti personali nella vita reale; limitano o inibiscono la costruzione di rapporti reali. Rispetto ai social in generale le opzioni di scelta sono: i ragazzi danno una diversa immagine di sé, tendono a migliorare la propria immagine, sono se stessi.
- *Uso eccessivo di Internet/superinvestimento nella rete*: domande tratte dalla scala utilizzata dallo Studio ESPAD Italia (ovvero la CIUS SCALE, presentata in Meerkerk et al., 2010), costituita da 14 item che indagano i seguenti aspetti: la difficoltà a disconnettersi



da internet mentre si è collegati; continuare a restare connessi nonostante l'intenzione di smettere; genitori, amici, fidanzati dicono di dover stare meno su internet; dormire poco per rimanere connessi; pensare a Internet anche quando non si è collegati; non vedere l'ora di potersi collegare; pensare di dover usare meno Internet; provare a passare meno tempo collegati senza riuscirci; fare i compiti alla svelta per connettersi; trascurare impegni quotidiani; collegarsi quando si è giù di morale; utilizzare Internet per sfuggire ai dispiaceri; sentirsi irrequieti quando non ci si può connettere. Le modalità di risposta sono "mai" (codificata 1), "a volte", "spesso" (codificata 3). La scala complessiva, costituita dalla somma delle risposte fornite dai soggetti ai 14 item, ha un range di risposta teorico che può variare tra 14 e 42. I risultati riportano la media delle risposte complessive dei soggetti tra questi due valori.

- *Effetti negativi dei giochi su computer, tablet, smartphone.* Le tre domande sono tratte dallo Studio ESPAD Italia (adattato da Holstein B. et al., 2014): credo di passare troppo tempo a giocare; divento di cattivo umore quando non posso giocare; i miei genitori mi dicono che passo troppo tempo a giocare. Le modalità di risposta previste vanno da "fortemente in disaccordo" (codificata 1), "in disaccordo", "d'accordo", "fortemente d'accordo" (codificata 4). Il range di risposta è 3-15.
- *Fenomeno del ritiro sociale.* E' stato chiesto agli studenti se conoscono ragazzi che hanno ridotto i loro contatti fino a non uscire più di casa e se sì, quali pensano possano essere i motivi che hanno spinto questi giovani verso una vita "ritirata" (le modalità di risposta previste sono dicotomiche sì/no).
- *Motivazioni del ritiro sociale.* Sono state indagate attraverso 6 item: difficoltà a entrare in relazione con gli altri, essere stati emarginati dagli altri, problemi a scuola, problemi famigliari, aver subito atti di bullismo/cyber bullismo, uso eccessivo di videogiochi, social network. La modalità di risposta è dicotomica sì/no.
- *Prevenzione:* Sono state proposte 7 affermazioni che indagano quali azioni potrebbero essere utili per prevenire la problematica del ritiro sociale: punti di ascolto a scuola gestiti da personale esterno, scuole a porte aperte, iniziative che coinvolgono i ragazzi come protagonisti, iniziative informative rivolte agli studenti, azioni di informazione e sensibilizzazione per gli insegnanti e azioni per le famiglie, apertura di spazi di incontro fuori dal contesto scolastico. La modalità di risposta prevista è dicotomica sì/no.



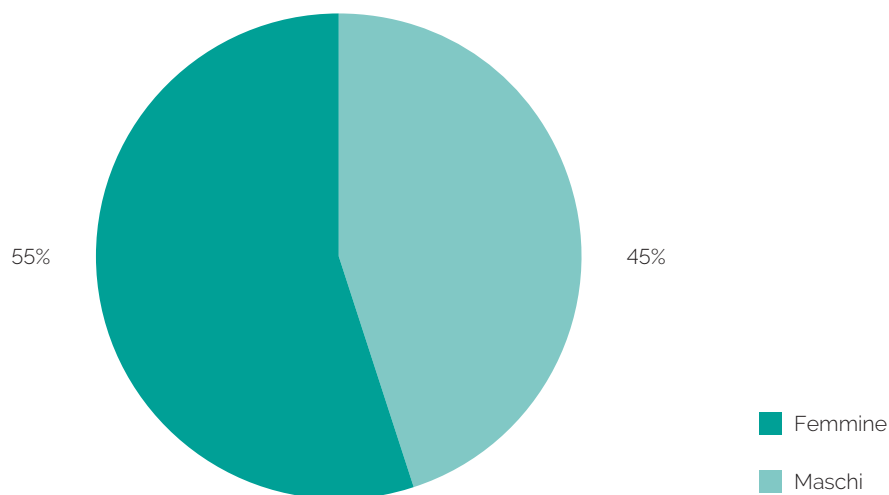
Il campione

Ha partecipato alla survey tutta la popolazione di riferimento, ossia gli studenti delle classi seconde degli istituti scolastici di secondo grado della città di Cuneo: IIS "S. Grandis" (I.P.S.S.C.T. e IPSMAT, ex IPSIA), I.I.S. "Bianchi-Virginio" (Liceo artistico, Liceo musicale, Istituto Tecnico per Geometri), Liceo Statale "E. De Amicis" (Liceo delle scienze umane), Liceo Scientifico e Classico Statale "G. Peano-S. Pellico", IIS "Virginio-Donadio" Istituto Tecnico Agrario, Agroalimentare e Agroindustria, ITIS "M. Pozzo", ITC "Bonelli".

Gli studenti iscritti risultano essere 1.207, mentre i questionari validi sono 1.112, pari al 92% della popolazione oggetto di indagine. La differenza è attribuibile agli assenti nella giornata di compilazione e a coloro che, per le scuole che hanno richiesto un'autorizzazione specifica alla famiglia, non sono stati autorizzati⁴⁵.

Il campione è bilanciato per genere, con una leggera prevalenza femminile (Fig. 13).

Fig. 13 – Distribuzione del campione per genere (% - N=1.112)



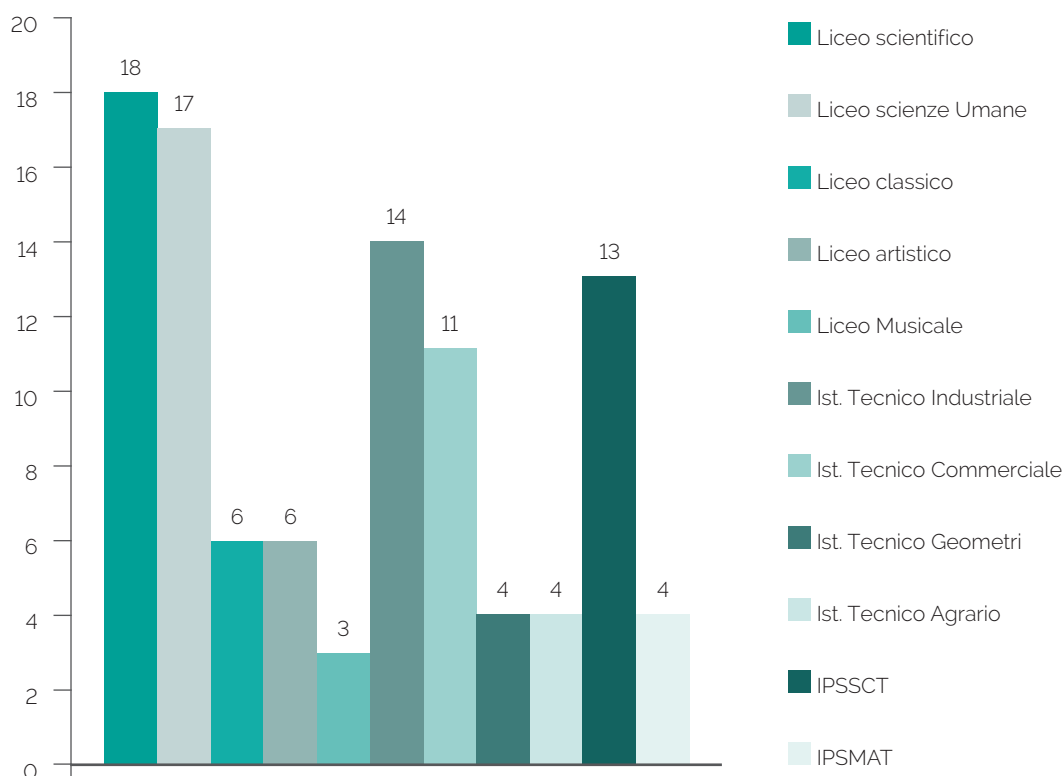
Il 94% degli studenti è di nazionalità italiana e il 97% vive con i genitori (l'1% con partner del padre o della madre).

Hanno partecipato alla ricerca studenti del liceo scientifico (18%, N=199), del liceo scienze umane (17%, N=185), del liceo classico (6%, N=64), del liceo artistico (6%, N=61), del liceo musicale (3%, N=28). Il 14% degli intervistati (N=155) proviene dall'Istituto tecnico industriale, l'11% (N=117) dall'Istituto tecnico commerciale, il 4% (N=48) dall'Istituto tecnico per geometri e il 6% (N=67) dall'Istituto tecnico agrario. Frequenta, invece, l'istituto professionale IPSSCT il 13% dei ragazzi (N=139) e l'IPSMAT il 4% (N=49) (Fig. 14).

⁴⁵ Non compaiono missing perché il questionario era strutturato con domande obbligatorie, pertanto non era possibile procedere nella compilazione se non si era risposto ai quesiti precedenti.



Fig. 14 – Distribuzione del campione per tipo di scuola frequentata (% - N=1.112)



E' sembrato opportuno ricodificare il tipo di scuola in Licei e Istituti tecnici-professionali sia per ragioni metodologiche, sulla base della numerosità campionaria (licei=50%, istituti tecnici=33%, professionali 17%), sia sulla base di ragioni teoriche e di ricerca che giustificano tale scelta (Bonino, Cattelino, Ciarano, 2007; Rabaglietti et al., 2008; Ciarano, Kliewer, Rabaglietti, 2009⁴⁶). Il campione risulta perfettamente bilanciato anche per il tipo di scuola (Licei 50%; Istituti tecnico-professionali 50%).

Il livello di istruzione dei genitori è piuttosto elevato: risultano laureati il 23% delle madri e il 20% dei padri, e hanno un diploma rispettivamente il 56% e il 47%. Tra le madri il 19% ha un diploma di scuola media e il 2% un titolo elementare e tra i padri il 31% e il 2%. Le madri risultano più istruite dei padri.

Nonostante una maggiore istruzione, il 20% delle madri è casalinga, il 78% occupata-pensionata, il 2% risulta disoccupata o in cassa-integrazione, mentre è occupato-pensionato il 96% dei padri. Il tasso di disoccupazione è molto basso.

Il buon livello occupazionale della famiglia si riflette anche sul grado di soddisfazione rispetto alla situazione economica espresso dai ragazzi: il 57% degli studenti è abbastanza soddisfatto e il 36% molto soddisfatto della situazione economica familiare.

Dichiara di avere una relazione affettiva il 29% dei ragazzi, mentre il 71% non ha un ragazzo/a. Per quanto riguarda la durata della relazione, tra coloro che riferiscono di avere un ragazzo/a (331 in totale): circa un quarto (il 23,6%) ha una relazione da 1 a 4 settimane; un terzo (il 27,8%) da 1 a 3 mesi; un sesto (15%) da 4 a 6 mesi; un decimo (il 10,6%) da 7 mesi a 1 anno e un quarto (il 23%) da più di un anno.

46 Numerose ricerche hanno, infatti, evidenziato come si possano considerare insieme da un lato i vari tipi di licei e, dall'altro, equiparare istituti tecnici e professionali, sulla base dei programmi ministeriali e della preparazione scolastica fornita agli studenti: gli istituti tecnici e professionali, almeno in linea teorica e/o ideale, dovrebbero preparare gli studenti a un precoce inserimento nel mondo lavorativo, laddove per i licei l'ingresso nel mondo lavorativo è, nella maggioranza dei casi, posticipato dalla prosecuzione negli studi universitari.



Il focus group

Il focus group è uno strumento di ricerca qualitativa che si basa sulla discussione in piccolo gruppo, al fine di approfondire i diversi aspetti e punti di vista relativi a un tema specifico. Il moderatore pone una o più domande o sollecitazioni e guida i partecipanti a interagire tra loro, confrontandosi in modo non strutturato sui sottotemi individuati. Il gruppo è composto solitamente dai 6 ai 12 membri e la sessione dura tra l'ora e trenta e le due ore. Il moderatore è spesso coadiuvato da un osservatore che prende nota dei turni di parola, della prossemica e delle dinamiche interattive che si instaurano tra i componenti del gruppo.

I due focus group sono stati realizzati tra il mese di maggio e di giugno 2017 presso il Centro Aggregativo La Pulce dell'Acqua e l'Informagiovani di Cuneo, con una durata di 90 e 120 minuti. Al primo incontro hanno partecipato 8 ragazzi (6 femmine e 2 maschi) di età compresa tra i 16 e i 18 anni. La discussione di gruppo ha permesso l'esplorazione dei fenomeni di isolamento e disagio relazionale (diffusione, percezione delle cause e delle possibili soluzioni) e dei bisogni degli adolescenti. Il secondo focus group ha previsto il coinvolgimento di 12 adulti (7 femmine e 5 maschi): insegnanti, educatori, genitori, operatori sociali e sanitari, amministratori e giovani. La discussione si è focalizzata sulle espressioni di disagio e di fragilità degli adolescenti, sulla percezione del fenomeno del ritiro sociale, sulle sue cause, sulle soluzioni e sulle responsabilità del mondo adulto.

I partecipanti sono stati selezionati attraverso un campionamento a scelta ragionata, per il quale la scelta dei casi è dettata dalle caratteristiche presentate, in relazione agli obiettivi dell'indagine. Il profilo del campione, quindi, è stato definito prima della conduzione del focus group, attraverso la costruzione di uno spazio di attributi che coincide con le dimensioni che la letteratura ritiene rilevanti. Nello specifico, per il gruppo dei ragazzi si è tenuto conto della dimensione di genere, dell'età (compresa tra i 16 e i 18 anni, leggermente superiore a quella del campione dell'indagine) e del tipo di scuola frequentata. Per il gruppo degli adulti, si è costruita una tipologia di figure di riferimento, che ne massimizasse l'eterogeneità, inserendo insegnanti della scuola media inferiore e superiore, educatori e psicologi che operano in contesti pubblici e privati, genitori, amministratori comunali. Per ogni tipo è stata definita una quota di soggetti da inserire nel campione. Il reclutamento è avvenuto attraverso contatti personali e con l'aiuto di "testimoni qualificati" che hanno via via indicato i nominativi; i profili più adatti sono stati poi reclutati. Per il sotto-campione di adolescenti, si è ricorso al "campionamento a valanga", ovvero si è chiesto ai primi contatti di individuare una o più persone con un profilo corrispondente alle richieste.



Gli strumenti statistici e di analisi

Allo scopo di facilitare la comprensione da parte del lettore non specialista, vengono di seguito indicati gli strumenti statistici utilizzati e le analisi dei dati quantitativi e qualitativi effettuate.

La descrizione dei dati dell'indagine è stata fatta in gran parte attraverso il calcolo delle frequenze di risposta fornite alle diverse modalità di ogni domanda. La frequenza assoluta (indicata generalmente dalla lettera N) indica il numero di soggetti che hanno scelto quella risposta. Le frequenze percentuali indicano invece la proporzione in centesimi di tale valore. Per valutare la presenza di una differenza statisticamente significativa tra le frequenze di risposta è stato utilizzato il *test del Chi-quadrato (2)*. Si tratta di un test in grado di dirci se le differenze che abbiamo riscontrato nella distribuzione delle frequenze siano da attribuirsi al caso o, al contrario, se siano dovute a una causa sistematica. Tale statistica può assumere valori compresi tra zero e infinito; più il valore è elevato, più indica la presenza di una differenza non casuale tra le frequenze. A ogni valore di Chi-quadrato è associata una probabilità (p) che deve essere il più possibile uguale a zero.

La media è data dalla somma delle misure osservate diviso il numero di osservazioni fatte. Per valutare se le medie di diversi gruppi differiscono tra loro in modo statisticamente significativo è stata utilizzata l'*Analisi della varianza modello Anova*. Tale tecnica statistica viene utilizzata quando, sulle basi delle ipotesi della ricerca, è prevista una relazione di tipo causale tra due variabili, di cui una è detta variabile indipendente (ossia la variabile di cui si cerca di stabilire l'effetto causale sul comportamento) e l'altra è detta variabile dipendente (la variabile su cui si ritiene che la/e variabile/i indipendente/i abbia/no effetto).

L'assunto su cui si basa l'analisi della varianza prevede che sottogruppi di soggetti distinti, per esempio, per età o per genere si comportino in modo diverso rispetto alla variabile dipendente. Si suppone che questa differenza sia dovuta proprio alla variabile indipendente che identifica i sottogruppi e che viene interpretata come una delle concause delle differenze manifestate dalla variabile dipendente. Tale analisi fornisce il Test F che è una proporzione tra la varianza spiegata dal modello e quella residua. Un alto valore di F indica una maggior proporzione di varianza (o variabilità) spiegata, rispetto a quella che resta da spiegare (residua). Associato a ogni Test F c'è un valore di probabilità (p) che indica la probabilità di sbagliare dicendo che c'è una differenza statisticamente significativa tra le medie.

L'*affidabilità delle scale* utilizzate è stata misurata con l'*Alpha di Cronbach (1)*. Si tratta di un indice che può variare tra 0 e 1; più alto è l'indice, maggiore è la validità della scala nella popolazione considerata. L'indice è considerato buono se supera il valore .70, ma è già accettabile sopra .50. Tutte le scale qui utilizzate hanno ottenuto punteggi Alpha molto buoni, confermando la loro validità per la popolazione di riferimento di questa ricerca.

I dati forniti dai focus group sono prevalentemente testuali, pertanto non sono sottoponibili a elaborazioni statistiche, ma ad analisi del contenuto che prevede la segmentazione della documentazione e l'apposizione di glosse o etichette alle parti di testo individuate. Il processo di codifica è guidato dagli obiettivi iniziali e da ciò che emerge dai testi.





BIBLIOGRAFIA

- Angold A., Costello E. J., Messer S. C., Pickles, A. (1995). Development of a short questionnaire for use in epidemiological studies of depression in children and adolescents. *International journal of methods in psychiatric research*.
- Armsden G. C., Greenberg, M. T. (1987). The inventory of parent and peer attachment: Individual differences and their relationship to psychological well-being in adolescence. *Journal of youth and adolescence*, 16(5), 427-454.
- Barbero Vignola G., Canali C., Eynard M., Vecchiato T. (2016). Cos'è importante per essere felici. La parola ai ragazzi. *Politiche e Servizi, Studi Zancan*, 4/2016.
- Barbero Vignola G. (2017) Relazioni in famiglia, povertà, bullismo, internet e fiducia in se stessi: cosa ci dicono i ragazzi. Convegno: "Crescere. Adolescenti in crescita tra virtuale e nuove povertà", Padova, 14/11/2017, http://static.crescerebene.org/media/uploads/BarberoVignola_Risultati.pdf.
- Bonino S., Cattelino E., Ciairano S. (2007). *Adolescenti e rischio. Comportamenti, funzioni e fattori di protezione*. Torino, Giunti Editore.
- Chan G. H., Lo T. W. (2016). The effect of negative experiences on delinquent behavior of youth in a social withdrawal situation. *Journal of adolescence*, 50, 69-80.
- Ciairano S., Kliewer W., Rabaglietti E. (2009). Adolescent risk behavior in Italy and the Netherlands: A cross-national study of psychosocial protective factors. *European Psychologist*, 14(3), 180.
- CISF (2017). *Le relazioni familiari nell'era delle reti digitali. Nuovo Rapporto Cisf 2017*. Milano, Edizioni San Paolo.
- Luppi C., Benedetti E., Molinaro S. (a cura di). *I dati sul consumo di sostanze e sui comportamenti a rischio nella popolazione studentesca. Espad Italia 2016*. Pisa, Consiglio Nazionale delle Ricerche, IFC-Istituto di Fisiologia Clinica, www.espad.org
- Furlong A. (2008). The Japanese hikikomori phenomenon: acute social withdrawal among young people. *The sociological review*, 56(2), 309-325.
- Cavallo F., Lemma P., Dalmasso P., Vieno A., Lazzeri G., Galeoni D. (2014). *Report nazionale dati HBSC (Health Behaviour in School Aged Children) Italia 2014*. World Health Organization, Cross National Study. <http://www.hbsc.unito.it/it/index.php/pubblicazioni/reportnazionali.html>
- Holstein B.E., Pedersen T.P., Bendtsen P., Madsen K.R., Meilstrup C.R., Nielsen L., Rasmussen M. (2014). Perceived problems with computer gaming and internet use among adolescents: measurement tool for non-clinical survey studies. *BMC public health*, 14(1), 361.
- Jia R., Jia H. H. (2009). Factorial validity of problematic Internet use scales. *Computers in Human Behavior*, 25, 1335-1342.
- Johnston L. (2010). *Monitoring the future: National results on adolescent drug use: Overview of key findings*. Diane Publishing.
- Kato T. A., Shinfuku N., Sartorius N., Kanba S. (2011a). Are Japan's hikikomori and depression in young people spreading abroad?. *The Lancet*, 378(9796), 1070.
- Kato T. A., Tateno, M., Shinfuku, N., et al. (2011b) Does the 'hikikomori' syndrome of social withdrawal exist outside Japan? A preliminary international investigation. *Soc Psych Psychiatr Epidemiol*; published online June 25. DOI:10.1007/s00127-011-0411-7.
- Koyama A., Miyake Y., Kawakami N., Tsuchiya M., Tachimori H., Takeshima T. (2010). Lifetime prevalence, psychiatric comorbidity and demographic correlates of "hikikomori" in a community population in Japan. *Psychiatry Research*, 176(1), 69-74.
- Meerkerk G.J., van den Eijnden R., Franken I., Garretsen H. (2010). Is compulsive internet use related to sensitivity to reward and punishment, and impulsivity? *Computers in Human Behavior*, 26, 729-735.
- Phillips B., Shipps B. (2012). Frequency of usage: the impact of technology acceptance factors versus social factors. *International Journal of Virtual Communities and Social Networking (IJVCSN)*, 4(2), 30-45.
- Prezza M., Trombaccia F. R., Armento, L. (1997). *La scala dell'autostima di Rosenberg: Traduzione e validazione Italiana*. Giunti Organizzazioni Speciali.



- Rabaglietti E., Roggero A., Ciairano S., Bonino S. (2008) Il ruolo della reciprocità nei legami di amicizia e il benessere psicosociale in adolescenza. In: Baumgartner E., Lo Coco A., Tani F., Costruzione e funzione dei legami di amicizia dall'età prescolare all'adolescenza. Numero speciale. *Rassegna di Psicologia*, 2, 45-66.
- Ricci C. (2014). *La volontaria reclusione. Italia e Giappone: un legame inquietante*. Roma, Aracne.
- Rosenberg M. (1965). Rosenberg self-esteem scale (RSE). *Acceptance and commitment therapy. Measures package*, 61, 52.
- San Martini P., Zavattini G.C., Ronconi S. (2009). L'inventario per l'attaccamento ai genitori ed ai pari (IPPA: Inventory of Parent and Peer Attachment). Un'indagine psicometrica su un campione italiano di adolescenti. *Giornale italiano di Psicologia*.
- Spiniello R., Piotti A., Comazzi D. (2015). *Il corpo in una stanza. Adolescenti ritirati che vivono di computer*. Milano, Franco Angeli.
- Teo A.R. (2009). A new form of social withdrawal in Japan: a review of hikikomori. *International journal of social psychiatry*, 56(2), 178-185.
- Teo A.R., Gaw A.C. (2010). Hikikomori, A Japanese Culture-Bound Syndrome of Social Withdrawal? A Proposal for DSM-V. *The Journal of nervous and mental disease*, 198(6), 444.
- Uchida Y., Norasakkunkit V. (2015). The NEET and Hikikomori spectrum: Assessing the risks and consequences of becoming culturally marginalized. *Frontiers in psychology*, 6, 1117.
- Zielenziger M. (2010). *Non voglio più vivere alla luce del sole. Il disgusto per il mondo esterno di una nuova generazione perduta*. Roma, Elliott Edizioni.

