

# HIKIKOMORI

RAGAZZI CHIUSI ALLE RELAZIONI SOCIALI

Una ricerca sul benessere degli adolescenti cuneesi



## Obiettivi

- > indagare il livello di benessere psico-sociale dei 15enni cuneesi
- > esplorare il ruolo di Internet e dei social media
- > valutare la percezione della diffusione del fenomeno del ritiro sociale

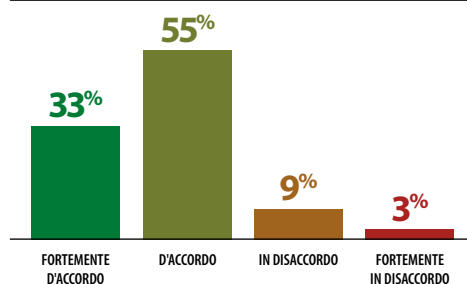
## Metodi

- > focus group (2): uno con gli adolescenti, uno con gli adulti di riferimento
- > questionario strutturato per tutti i frequentanti le classi seconde degli istituti secondari superiori cuneesi (N=1.112, pari al 92% della popolazione)

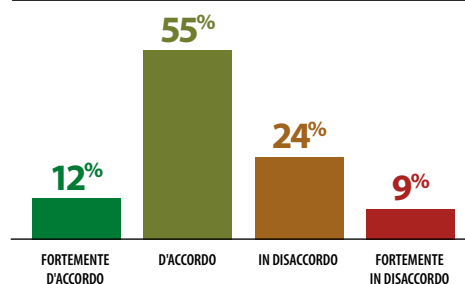
## Le relazioni a scuola

L'esperienza scolastica è vissuta in modo positivo dalla maggioranza dei giovani, ma 1 su 10 non si sente accettato dai compagni e 1 su 3 non si sente trattato in modo giusto dagli insegnanti.

*I miei compagni mi accettano per quello che sono*



*I nostri insegnanti ci trattano in modo giusto*



## Le relazioni in famiglia

La maggior parte dei ragazzi è soddisfatta dei rapporti con la famiglia, non lo è il 18%. Le relazioni sono buone in particolare con la madre, tuttavia circa il 40% dei rispondenti non parla con lei dei propri problemi e preoccupazioni, percentuale che sale al 69% nel caso del padre. L'insoddisfazione riguarda in misura maggiore le ragazze.

## Le relazioni con i coetanei

Se la maggior parte dei ragazzi è soddisfatta delle relazioni con i coetanei, 1 su 10 non lo è. Inoltre, circa il 30% dei rispondenti non parla dei propri problemi con gli amici e l'11% non si sente accettato.

## Il bullismo

Il fenomeno, misurato con una batteria di 10 domande, è scarsamente presente tra i ragazzi intervistati. Tuttavia il 19% subisce bugie, falsità o viene disprezzato più volte a settimana. Il 15% è insultato o preso in giro, il 14% escluso o ignorato dal gruppo, il 9% infastidito con il computer o il cellulare o subisce scherzi di natura sessuale. Molto rari sono invece episodi di vessazione legati alla religione, alla nazionalità o all'orientamento sessuale.

## Autostima

Il livello di autostima è piuttosto elevato e i sentimenti depressivi sono poco diffusi. Tuttavia circa 1 ragazzo su 4 non è soddisfatto di sé e pensa di non avere molto di cui essere fiero.

Le ragazze sono meno sicure di se stesse e sono tristi o inquiete più spesso dei ragazzi. Anche gli studenti dei licei hanno meno fiducia nelle proprie capacità rispetto agli studenti degli istituti tecnici e professionali.

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

## Ruolo di internet e dei social media

L'uso di social network, quotidiano nella maggioranza dei casi, impegna da 1 a 3 ore al giorno più della metà del campione (53%) e da 4 a più di 6 ore quasi il 40% degli studenti. Solo il 10% riferisce di usarli al massimo mezz'ora al giorno.

Il 40% del campione risulta a rischio moderato di sviluppare un uso eccessivo di Internet.

I social network sono utilizzati con una funzione prevalentemente socio-espressiva da parte delle ragazze, ludica da parte dei ragazzi.

Sebbene le ragazze trascorrono più tempo sui social, rilevano più spesso dei coetanei maschi gli aspetti negativi che questi possono avere sulle relazioni reali. Il 95% degli intervistati ritiene che l'immagine fornita sui social non corrisponde a quella reale e sottolinea la pressione sociale e l'effetto vetrina esercitati da questi strumenti, che mettono a rischio la capacità di vivere il qui ed ora.

Secondo gli adulti, i social media rappresentano un universo relazionale con proprie regole e linguaggi. Genitori e clinici devono dotarsi di strumenti adeguati per intervenire in questo ambito.

"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."

(Ragazza)

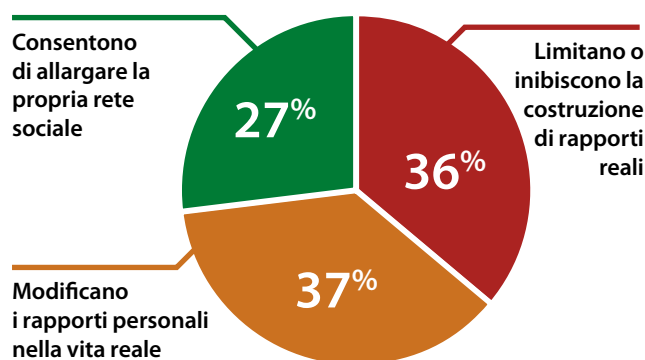
"I social network ci danno la possibilità di conoscere più persone. Questo può essere sia un fattore positivo, perché possiamo raccontarci, esprimere i nostri interessi, ma può anche essere un fattore negativo, dal momento che, troppo spesso, si sottovalutano le relazioni amicali al di fuori del telefono."

(Ragazza)

"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."

(Educatrice)

Opinione sul ruolo di smartphone, tablet e computer sulla costruzione di relazioni



## Il fenomeno del ritiro sociale e come prevenirlo

- > Il 35% degli intervistati dichiara di conoscere un coetaneo che si è ritirato socialmente. Anche gli adulti partecipanti al focus group conoscono casi di ritiro, che si manifestano inizialmente come abbandono scolastico.
- > Le motivazioni del ritiro, secondo i ragazzi e gli adulti, possono essere la mancata adesione ai modelli di riferimento dominanti, l'aver subito episodi di bullismo, la carenza di stimoli a socializzare, l'assenza di punti di riferimento stabili, la vulnerabilità psicologica del soggetto.
- > Per prevenire il fenomeno, i partecipanti suggeriscono l'attuazione di iniziative con i ragazzi protagonisti, incontri con figure specializzate, apertura di spazi di incontro all'interno e all'esterno del contesto scolastico.

Ricerca realizzata da Eclectica, Istituto di ricerca e formazione, 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