

T'appost 2024 - Report sondaggio

Introduzione

Nel periodo dicembre 2023 - gennaio 2024 abbiamo somministrato un sondaggio a ragazzi e ragazze adolescenti dei nostri oratori con l'obiettivo di farci raccontare la loro vita affettiva, come vivono i rapporti interpersonali di coppia e il rapporto con loro stessi: in che modo i ragazzi vogliono bene all'altro? In che modo si vogliono bene?

Per fare questo abbiamo individuato alcuni costrutti di base che ci permettessero di avere una certa attendibilità nella misura: il voler bene all'altro lo abbiamo misurato riferendoci alla qualità dei legami che vengono instaurati (stili di attaccamento nei giovani, Bartholomew & Horowitz, 1991) e ai vissuti riguardo i rapporti sessuali; il volersi bene lo abbiamo misurato riferendoci al costrutto di self-compassion (Neff, 2003), l'essere aperti e sensibili verso le proprie sofferenze, provando sentimenti di cura e di gentilezza verso se stessi.

Dati del campione

Il sondaggio è stato somministrato ad un totale di 460 adolescenti e giovani adulti, residenti prevalentemente in Lombardia (91,94% Lombardia; 8,06% Umbria), nati tra il 2010 e il 2004 così suddivisi:

2010	4.14%
2009	22.44%
2008	20.70%
2007	21.57%
2006	16.12%
2005	7.41%
2004	7.41%

e bilanciati per genere: 55,34% femmine, 44,66 maschi.

Hanno dichiarato di essere attualmente impegnati in una relazione il 24,40% e nella quasi totalità dei casi sono figli di genitori conviventi o sposati:

Sposati/conviventi	86.49%
Separati, ma ancora vivono insieme	1.09%
Separati e vivono in case diverse	4.58%
Separati entrambi con una nuova famiglia	2.18%
Separati solo mamma con una nuova famiglia	1.09%
Separati solo papà con una nuova famiglia	2.61%
Genitore single	1.96%

La maggior parte dei ragazzi/e dichiara di sentirsi molto soddisfatto del modo che hanno i genitori di dimostrare loro affetto (1= per niente e 5= moltissimo)

1	2	3	4	5
1.74%	4.79%	22.22%	37.25%	33.99%

Materiali

Per misurare gli stili di attaccamento è stato utilizzato il questionario The relationship questionnaire, traduzione italiana (Bartholomew, K. & Horowitz, L. M. (1991). *Attachment styles among young adults: A test of a four-category model. Journal of Personality and Social Psychology*, 61, 226-244.); mentre per misurare il livello di self-compassion è stata utilizzata la versione ridotta della Scala di Self-Compassion, versione italiana (Veneziani, C. A., Fuochi, G., & Voci, A. (2017). *Self-compassion as a healthy attitude toward the self: Factorial and construct validity in an Italian sample. Personality and Individual Differences*, 119, 60-68)

Discussione dei risultati

La relazione affettiva con l'altro: stili di attaccamento

Abbiamo chiesto ai ragazzi di indicarci quale modalità di creare legami con l'altro (stile di attaccamento) fosse quella in cui si riconoscessero meglio. Avevano la possibilità di posizionarsi tra i 4 stili di attaccamento da 1 (non mi descrive per nulla) a 7 (mi descrive perfettamente)

- sicuro (persone che tendono ad avere fiducia nelle relazioni a lungo termine, godere delle relazioni intime, cercare supporto sociale e sono capaci di condividere sentimenti con altre persone)
- timoroso (persone che desiderano vicinanza e sostegno. Tuttavia, ne hanno anche paura e allo stesso tempo sentono il bisogno di prendere le distanze dagli altri)
- preoccupato (persone che hanno un forte desiderio di vicinanza, unito ad una costante paura del rifiuto o dell'abbandono. Gli individui con questo stile di attaccamento spesso cercano conferma e rassicurazione dai loro partner, ma non sembrano mai sentirsi veramente sicuri nelle loro relazioni)
- evitante (persone che evitano le relazioni perchè temono la vulnerabilità, la vicinanza e l'attaccamento intimo agli altri e desiderano difensivamente una quasi assoluta indipendenza)

Tabella 1. Stili di attaccamento (percentuale punteggi 5,6,7 della scala)

	09/10	04/08	09/10M	09/10F	04/08M	04/08F	fidanz	Mf/Ff
A SIC	40,16	38,1	57,14	25,76	48,99	29,41	38,39	58,14 / 26,08
A TIM	35,24	41,96	23,21	45,46	34,23	48,13	42,86	30,23 / 50,72
A PRE	36,06	44,95	33,93	37,89	40,26	48,67	38,4	32,56 / 42,03
A EVI	25,41	24,71	32,14	19,7	26,18	23,53	28,58	34,88 / 24,64

Come possiamo notare i ragazzi **più giovani (nati 09/10)** mostrano di riconoscersi nella maggior parte dei casi in un **attaccamento sicuro** e successivamente in attaccamenti

timoroso e preoccupato. Mentre i **più grandi (nati 04/08)** si riconoscono prevalentemente in un **attaccamento preoccupato e timoroso** e solo successivamente in quello sicuro. All'interno dei due gruppi emergono però delle significative differenze tra maschi e femmine ed è quindi necessario approfondire.

Tra i **nati 09/10** sono i maschi ad avere nella maggior parte dei casi un attaccamento sicuro, mentre per le femmine quello prevalente è l'attaccamento timoroso.

Tra i **nati 04/08** si ripropone una situazione simile: i maschi mostrano di avere prevalentemente un attaccamento sicuro mentre le femmine prevalgono attaccamento timoroso e preoccupato.

Quando andiamo a selezionare solo chi si è dichiarato **impegnato in una relazione sentimentale** osserviamo di nuovo una situazione simile con i maschi impegnati che mostrano un attaccamento sicuro mentre le femmine impegnate che mostrano un attaccamento timoroso o preoccupato.

Generalizzando possiamo dire che, nel nostro campione, i ragazzi tendono a sviluppare relazioni affettivamente sicure con l'altro, ad avere fiducia nelle relazioni intime e a lungo termine. Mentre le ragazze di entrambi i gruppi tendono a sviluppare relazioni in cui il desiderio anche forte di vicinanza con l'altro è unito ad un timore per la vicinanza stessa o ad una costante paura del rifiuto o dell'abbandono.

La relazione affettiva con l'altro: il rapporto sessuale

Abbiamo chiesto a ragazzi di scegliere tra una serie di opzioni che descrivono dei modi di vivere il rapporto sessuale quella che rappresenta meglio il loro pensiero, le opzioni erano:

- È un modo di volersi bene perché mi regalo un momento di piacere
- È un modo di volersi bene perché scelgo con chi dividerlo
- È un modo di voler bene all'altro perché gli dimostro quanto ci tengo
- Non necessariamente ha a che vedere con il voler bene all'altro
- Non ha niente a che vedere con il voler bene all'altro

Per le **femmine nate 09/10** prevale decisamente la dimensione del **volersi bene come condivisione** (54,5%) mentre decisamente lontana dal vissuto è la dimensione del voler bene come piacere (10,6%); una ragazza su 5 sente che non ha necessariamente a che vedere con il voler bene all'altro (22,7%).

Per i **maschi nati 09/10** prevale, invece, la dimensione del **volersi bene come piacere personale** (30,3%) e della condivisione (29,7%) e per un ragazzo su 5 non ha necessariamente a che vedere con il voler bene all'altro (21,4%).

Tra i **nati 04/08** prevale decisamente la dimensione del **volersi bene come condivisione** sia tra i maschi (39,6%) sia tra le femmine (56,7%), mentre al secondo posto la percezione che il rapporto sessuale non abbia necessariamente a che vedere con il voler bene all'altro (26,8% per i maschi; 19,2% per le femmine). La dimensione del piacere personale rimane molto sullo sfondo (14,9% maschi; 9,09% femmine).

Tra chi si dichiara **impegnato in una relazione sentimentale** prevale la dimensione del **volersi bene come condivisione** (46,4% per le femmine; 41,8% per i maschi) mentre come seconda opzione la percezione che il rapporto sessuale non abbia necessariamente a che

vedere con il voler bene all'altro (23,2% femmine; 20,9% maschi). La dimensione del piacere personale segue ad una certa distanza (13,9% maschi; 10,1% femmine).

Sintetizzando, possiamo osservare come in generale prevalga il vissuto del rapporto sessuale come un modo di volersi bene (dimensione egoriferita) attraverso la scelta della persona con cui condividere quel momento (dimensione relazionale come strumento per un riconoscimento e per potersi voler bene).

Interessante il fatto che prevalga l'idea di condivisione rispetto all'idea di piacere, come se il rapporto sessuale potesse in un certo senso fare a meno della dimensione del piacere nell'essere fonte di gratificazione personale.

Altro dato importante è notare quanto sia abbastanza diffusa la percezione che il rapporto sessuale non abbia necessariamente a che fare con il voler bene all'altro.

Queste osservazioni sembrano trovare conferma anche nell'osservazione di quali siano i **primi pensieri associati al rapporto sessuale**:

Tabella 2. Se penso al rapporto sessuale mi viene in mente...

età e genere	primi pensieri
09/10 M	1 creare un forte legame con l'altro (44) 2 provare piacere (42) 3 non è ancora il momento (37)
09/10 F	1 Non è ancora il momento (66) 2 Creare un forte legame (44) 3 Paura di rimanere incinta e provare piacere (26)
04/08 M	1 Creare un forte legame con l'altro (62) 2 Provare piacere (50) 3 Costruire qualcosa insieme (44)
04/08 F	1 Creare un forte legame con l'altro (65) 2 Provare piacere (39) 3 Non è ancora il momento e costruire qualcosa insieme (37)

La relazione affettiva con se stessi: la self-compassion

Il costrutto utilizzato della self-compassion comprende 5 differenti aspetti che sono stati indagati in questo sondaggio, i ragazzi dovevano dire quanto spesso si comportano nel modo descritto su una scala da 1 (quasi mai) a 5 (sempre). In tabella i valori per le diverse componenti.

Tabella 3. La self-compassion (percentuale punteggi 4,5 della scala)

Componenti	09/10	04/08
A. gentilezza e tolleranza dei propri limiti e delle proprie inadeguatezze	49,76	43,45
A. giudizio negativo e intolleranza verso i propri punti di debolezza	85,14	118,33
B. senso di condivisione dei propri limiti e delle proprie debolezze con il resto dell'umanità	60,95	56,07

B. senso di isolamento e di separazione dagli altri	96,69	113,13
C. mobilitazione positiva dei propri sentimenti ed emozioni di fronte alle difficoltà	55,37	56,69
C. autocommiserazione e focalizzazione sui propri sentimenti negativi	69,04	76,62

Come possiamo osservare, il nostro campione ottiene punteggi più alti in tutte le componenti negative della scala, in modo omogeneo tra età.

Emerge l'immagine di ragazzi **decisamente abituati a giudicarsi negativamente e severamente autocritici** rispetto alle proprie inadeguatezze, piuttosto che capaci di avere uno sguardo gentile e comprensivo verso se stessi e i propri sbagli o limiti.

Di fronte alle difficoltà, ai propri limiti, alle sconfitte **tendono a percepirsi come isolati e separati dagli altri**, come se fossero solo loro ad avere limiti e problemi mentre gli altri stanno bene. Non si sentono molto parte di una comunità che condivide con loro limiti e debolezze, come un'umanità unita.

Tendono a **focalizzarsi sui propri sentimenti negativi e ad autocommiserarsi** piuttosto che mobilitare positivamente i propri sentimenti di fronte alle difficoltà, anche se in queste due componenti la forbice di differenza è meno ampia che nelle altre.