

GLI ITALIANI, IL DISAGIO EMOTIVO E LA SOLITUDINE

*un'indagine demoscopica svolta da Astra Ricerche
per Telefono Amico Italia con il contributo di Nokia*

Qui di seguito vengono presentati i principali risultati dell'indagine realizzata nel marzo 2008 tramite **1.001 interviste telefoniche** CATI (*Computer Aided Telephone Interviewing*) a un campione rappresentativo degli **italiani adulti** (esclusi i non residenti e i membri delle convivenze: ospedali, carceri, caserme, conventi, ecc.), pari a circa 49.0 milioni di ultra17enni.

Quali sono le **difficoltà della vita** che **danno** a volte un **profondo disagio** emotivo, psicologico, **emozionale**? Secondo gli italiani sono numerose. In testa alla classifica troviamo la **disoccupazione** o la **precarietà** del lavoro (89%), la **povertà** (88%), il soffrire di gravi **ingiustizie** (83%), il non avere un'**abitazione** o l'averla drammaticamente inadeguata (69%). Al secondo posto giocano – dopo queste difficoltà materiali – le **conseguenze di certe malattie** sia fisiche (81%) sia psichiche (80%). Al terzo posto conta la **solitudine** (80%): il non aver nessuno che possa aiutare (80%) o al quale potersi confidare (70%): in un contesto sociale in cui a molti capita di conoscere tanta gente ma di non avere nessun vero amico o amica (63%). Una causa a sé, pur'essa assai rilevante, è l'essere e il sentirsi **disprezzati, emarginati, discriminati** (77%) oppure – in una versione solo apparentemente più *soft* – non essere considerati, **non contar niente per gli altri** (72%). Di più: il disagio emozionale, per tre nostri connazionali su quattro, ha a che fare con l'impossibilità di trovare un **senso della vita**, mentre un po' meno contano i cattivi, **difficili rapporti interpersonali**: con i genitori e con la famiglia d'origine (70%), con i figli o i nipoti (69%), in ufficio o in fabbrica o a scuola (65%), con i drammi d'amore all'ultimo posto (52%).

È stato poi approfondito il tema della **solitudine**. Essa è reputata anzitutto **tipica di tanti anziani, malati, disabili e poveri** abbandonati a se stessi (83%) ma – a detta degli intervistati – “è **diffusa anche tra i giovani, tra chi lavora, tra chi ha famiglia**” (74%), dal momento che “molta gente vive e parla con altre persone ma si sente egualmente sola perché non riesce a esprimere il proprio disagio emozionale” (80%), il quale “paralizza le persone e rende loro difficile aprirsi e confidarsi con altri” (78%). Peraltro “in questi casi si trova spesso chi dà giudizi e consigli ma **quasi mai chi ascolta con attenzione ma senza giudicare**” (77%), mentre il 73% sostiene che “spesso non ci si apre con altri proprio per paura di essere valutati e criticati” oppure che “**non si sa a chi rivolgersi** per essere ascoltati e dialogare” (74%). Va detto poi che in molti casi chi è in una condizione di disagio psicologico spesso non si confida con altri per **paura che** questi **non siano riservati** e vadano a raccontare tutto ad altri.

Tale quadro cupo viene contraddetto dal 31% degli intervistati, il quale reputa la **solitudine** “rarissima” da noi perché “gli italiani sono chiacchieroni, estroversi, umani”. A conferma, il 27% sostiene che essa non è granché diffusa nella società italiana, mentre il **35%** la valuta **abbastanza diffusa** e il **36% frequentissima** e spesso drammatica: la percezione della gravità del fenomeno è maggiore tra le donne, i 18-24enni e specialmente gli ultra64enni, i soggetti con reddito e titolo di studio inferiori alla media, i non internauti, i residenti al di sotto della linea che unisce Grosseto ad Ascoli Piceno.

Che il problema della solitudine sia oggetto di un vero e proprio allarme sociale è confermato da un dato: ben il **69%** degli adulti sostiene che rispetto a qualche anno fa essa è **dilagata** (solo l'11% la percepisce calata, col 20% che parla di stabilità). Sono soprammedia le donne, i 45-64enni, i soggetti con titolo di studio e reddito superiori alla media, i residenti nelle città maggiori (il picco negativo è a Roma) a descrivere di più lo stringimento strozzante di questo ‘nodo’.

La prima risposta, sia personale sia sociale, alla solitudine è – ovviamente – **l’ascolto**: il 7% lo rifiuta e il 23% non lo ama granché, considerandolo “spesso una seccatura, anche perché la gente dice tante sciocchezze” (37%) e “frequentemente tempo perso, incidente negativamente sull’efficienza e sulla produttività” (21%) ma ben il **70%** guarda ad esso con **vivo favore**.

Tale *goodwill* deriva da alcune convinzioni maggioritarie: ascoltare gli altri è un segno di attenzione e **rispetto** (92%), è il modo migliore per aiutarli (87%), rende **più umana la società** e **migliora la qualità della vita** (87%), aiuta la gente a capirsi e ad amarsi (87%), **aiuta molto chi ascolta** e non solo chi viene ascoltato (84%), è tipica di chi è buono e generoso (82%), è il **fondamento** della civiltà e **della democrazia** (82%), rende **più umane e flessibili e produttive le aziende** e le organizzazioni (75%), **aiuta** le persone **a trovare** la propria via e dunque **la soluzione ai propri problemi** (74%), serve se non si vuole a tutti i costi giudicare e criticare (59%). Al fondo, a parere dell’86% degli abitanti del Bel Paese “l’ascolto degli altri è **un’arte che dovrebbe essere insegnata sin da piccoli**, a partire dalla scuola” (come al solito, le donne battono gli uomini, i 35-44enni superano gli ultra54enni, il Triveneto si colloca positivamente all’estremo opposto del Lazio, i colti prevalgono sui poco scolarizzati, i salariati e gli studenti vincono su gli imprenditori/manager/professionisti e sui commercianti, la classe media batte i ceti superiori).

Al fondo, si confrontano **due modelli opposti di società**. La minoranza propende per collettività dove “ognuno si faccia i fatti suoi senza disturbare gli altri” (35%) e **dove “la gente sappia arrangiarsi da sola” (30%)**. Dall’altro lato, alla netta maggioranza degli italiani “piacerebbe vivere in una società **nella quale** la gente sappia che essere in difficoltà, soli e a disagio, non è una sciagura perché **c’è sempre qualcuno pronto ad ascoltarla**” (78%), “con comprensione, senza giudicare e mettere

in difficoltà” (75%): una comunità in cui “la gente dedichi attenzione agli altri in modo disinteressato” (61%).

Ma quanti sono coloro, tra gli adulti, che si sentono soli senza la possibilità di rivolgersi a qualcuno? Per fortuna, al 57% non capita mai ma un minoritario 43% prova quest’esperienza: si tratta di **21 milioni** di italiani che in larga misura **vivono solo saltuariamente momenti di solitudine**. Ma per **3.9 milioni** questa condizione è **permanente o prevalente**: il che avviene specialmente dopo i 54 anni, nelle città grandi (qui è Milano la capitale della solitudine), se il reddito e il titolo di studio risultano inferiori alla media, come confermano le accentuazioni tra le casalinghe e i pensionati con l’aggiunta dei lavoratori autonomi, dei non internauti e specialmente di chi vive solo.

Viene da chiedersi: quali sono i **sentimenti** che coloro che hanno sperimentato almeno qualche volta la solitudine provano nei confronti di questa condizione esistenziale? Va detto che in un caso su otto prevale una tonalità positiva (specie tra i maschi, i 25-34enni, i salariati, i residenti tra Piacenza e il Gargano); per il **36%** gli atteggiamenti sono **moderatamente negativi**; ma per il **51%** sono addirittura **drammatici** (la percentuale sfiora i tre quarti tra coloro che sono quasi sempre o sempre soli: in generale essa pesa negativamente di più tra le donne, i men che 45enni, i residenti nel Triveneto e nei comuni piccoli, coloro che non lavorano ma anche gli impiegati).

Tra i **sentimenti positivi** - minoritari - possiamo citare la **tranquillità** e la serenità associate alla propria solitudine (43%), il senso di forza e d’**orgoglio** (33%), persino l’**allegria** e il piacere (27%). **All’opposto**, il 53% parla di aspri vissuti di **tristezza** e di depressione, il 47% di **ansia** o angoscia, il 46% di **disagio** o dolore, il 33% di paura o **terrore**, la stessa percentuale di senso di esclusione o di **emarginazione**, il 29% di aggressività e **rabbia**. Ma va notato che il 28% si dice del tutto indifferente, il 31% si ribella con spirito di sfida alla condizione di solitudine,

ben il 44% - all'opposto - si pone in uno spirito di passiva accettazione e sopportazione.

Quando la solitudine attanaglia, **a chi si rivolgono gli italiani?** La classifica è assai semplice: a propri **familiari (65%)**, ad **amici/colleghi/conoscenti (41%)**, a **terapeuti (9%**: dominano psicologi, psichiatri, psicoanalisti), a **educatori (5%)**, a **organizzazioni di volontari (3%)**.

Quanto a **Telefono Amico**, l'organizzazione composta da volontari che in tutto il Paese risponde a chi vuol essere ascoltato, il 48% non l'ha mai sentito nominare, il 16% tende a confonderlo con altre organizzazioni (*in primis* Telefono Azzurro), il **36%** la **conosce bene**: si tratta di **17.6 milioni** di italiani, soprammedia residenti al nord, diplomati e laureati, internauti, 18-24enni, con tenore di vita medio-alto e alto, studenti e casalinghe. Nel contempo, sono **oltre mezzo milione** coloro che **conoscono personalmente qualcuno che si è rivolto a Telefono Amico**.

Per meno del 4% i conoscitori danno un giudizio negativo su questa organizzazione, in quanto non utile. Il **35%** la giudica **valida** anche se non condivide la scelta di offrire solo ascolto senza risolvere i problemi di chi si fa vivo. Il **61%** ne dà una valutazione **entusiasta**, per più motivi: Telefono Amico fornisce a molta gente la possibilità di essere ascoltata con comprensione, senza essere giudicata e criticata (80%); è umana e generosa (72%); è addirittura preziosa e insostituibile (49%). L'unico suo limite rilevante è - per i fan maggioritari - l'essere inadeguatamente nota, il che spinge il **76%** dei suoi conoscitori ad affermare che "**dovrebbe farsi conoscere di più**".