



**UNIVERSITÀ DEGLI STUDI DI PADOVA**

**Dipartimento di Psicologia Generale**

**Corso di laurea in Scienze Psicologiche Cognitive e Psicobiologiche**

**Tesi di laurea triennale**

**Hikikomori Questionnaire: Un'Indagine correlazionale tra  
isolamento, attaccamento e soddisfazione nella vita in studenti  
delle scuole superiori**

***Relatrice***

**Prof.ssa Silvia Salcuni**

***Laureando: Davide Bozzoni***

***Matricola: 2049791***

Anno Accademico 2023/2024

# **INDICE**

RINGRAZIAMENTI

INTRODUZIONE GENERALE

PARTE TEORICA

1. INQUADRAMENTO TEORICO

1.1. ADOLESCENZA E FUNZIONAMENTO: DEFINIZIONE E

CARATTERISTICHE GENERALI

1.1.1. Cambiamenti fisici, emotivi, cognitivi e sociali

1.2. IL FENOMENO HIKIKOMORI: DEFINIZIONE E CONTESTO STORICO

1.2.1. Origini del fenomeno in Giappone e la sua diffusione in Italia

1.2.2. Caratteristiche principali del fenomeno hikikomori

1.3. TEORIA DELL'ATTACCAMENTO

1.3.1. Le diverse tipologie di attaccamento

1.3.2. Caratteristiche in relazione ai genitori e ai pari

1.4. IL BENESSERE SOGGETTIVO E LA SODDISFAZIONE DELLA VITA

PARTE DI RICERCA

2. PRESENTAZIONE DELLA RICERCA

2.1. INTRODUZIONE

2.2. OBIETTIVI DELLA RICERCA E IPOTESI

2.3. PROCEDURA SPECIFICA

2.3.1. Descrizione del campione e selezione del sottocampione

2.3.2. Modalità di somministrazione

2.4. STRUMENTI DI RACCOLTA DEI DATI

2.4.1. Hikikomori Questionnaire (HQ-25)

2.4.2. Inventory of Parent and Peer Attachment (IPPA)

2.4.3. Satisfaction with Life Scale (SWL)

2.5. METODI DI ANALISI STATISTICA DEI DATI

3. RISULTATI

3.1. CORRELAZIONI TRA ATTACCAMENTO (IPPA) E SODDISFAZIONE DI VITA (SWL)

3.2. RELAZIONE TRA SODDISFAZIONE DI VITA (SWL) E TENDENZA AL RITIRO SOCIALE (HQ-25)

3.3. INFLUENZA DELL'ATTACCAMENTO (IPPA) SULLA TENDENZA AL RITIRO SOCIALE (HQ-25)

3.4. DIFFERENZE TRA STUDENTI DEL BIENNIO E DEL TRIENNIO NEI COSTRUTTI MISURATI

3.5. DIFFERENZE DI GENERE NEI COSTRUTTI MISURATI

4. DISCUSSIONE DEI RISULTATI

4.1. RISULTATI RELATIVI ALL'ANALISI DELLA RELAZIONE TRA ATTACCAMENTO E SODDISFAZIONE DI VITA

4.2. RISULTATI RELATIVI ALL'ANALISI DELLA RELAZIONE TRA SODDISFAZIONE DI VITA E TENDENZA AL RITIRO SOCIALE

4.3. RISULTATI RELATIVI ALL'ANALISI DELLA RELAZIONE TRA ATTACCAMENTO E TENDENZA AL RITIRO SOCIALE

4.4. RISULTATI RELATIVI ALLE DIFFERENZE TRA STUDENTI DEL BIENNIO E DEL TRIENNIO

4.5. RISULTATI RELATIVI ALLE DIFFERENZE DI GENERE

5. CONCLUSIONI

5.1. RIEPILOGO DEI RISULTATI PRINCIPALI

5.2. LIMITI DELLO STUDIO

5.3. SUGGERIMENTI PER FUTURE RICERCHE

BIBLIOGRAFIA

## **RINGRAZIAMENTI**

*Desidero ringraziare innanzitutto la relatrice di questa tesi, la professoressa Silvia Salcuni, per la disponibilità e l'attenzione a me data durante la stesura del lavoro.*

*Ringrazio i miei genitori, Diego e Ivana, che mi hanno cresciuto e accompagnato in ogni momento della mia vita.*

*Ringrazio i miei fratelli, Luca e Andrea, per avermi regalato divertimento e spensieratezza.*

*Ringrazio tutte le mie amiche e tutti miei amici, per tutti i momenti di felicità e per l'affetto che mi hanno regalato.*

*Un ringraziamento speciale lo dedico a Chiara, amica e compagna di avventure, che sempre mi è stata vicina e sempre mi ha sostenuto, dandomi ascolto, forza e affetto.*

## **INTRODUZIONE**

Il fenomeno hikikomori, che si manifesta attraverso un estremo ritiro sociale, è un comportamento patologico che ha attirato un'attenzione crescente negli ultimi anni, in particolare nel contesto post-pandemico che ha esacerbato i rischi di isolamento tra gli adolescenti. Originariamente emerso in Giappone, l'hikikomori si è progressivamente diffuso anche in Italia, sollevando attenzione per le sue conseguenze sul benessere psicologico e sociale dei giovani. Comprendere le dinamiche che portano al ritiro sociale e identificare i fattori che possono influenzare questa tendenza è diventato un tema di crescente interesse, soprattutto in relazione al benessere psicologico degli adolescenti.

L'obiettivo principale di questa tesi è esplorare il fenomeno del ritiro sociale negli adolescenti italiani, analizzando come esso si relazioni con la soddisfazione di vita e con la qualità delle relazioni di attaccamento ai genitori e ai pari. La ricerca intende indagare se e in che modo un basso livello di soddisfazione di vita possa predisporre gli adolescenti al ritiro sociale, e come le relazioni interpersonali possano giocare un ruolo in questo contesto.

Il corpus della ricerca è costituito dai dati raccolti tramite la somministrazione di questionari psicometrici a un campione di adolescenti italiani, con l'obiettivo di misurare i livelli di ritiro sociale, la soddisfazione di vita e la qualità delle relazioni di attaccamento.

Le teorie principali che supportano questa ricerca includono quelle relative al benessere soggettivo, come proposte da Ed Diener, e la teoria dell'attaccamento di John Bowlby, che viene considerata in quanto fornisce un contesto per comprendere le relazioni interpersonali in età adolescenziale. Gli strumenti utilizzati per l'analisi comprendono l'Inventory of Parent and Peer Attachment (IPPA), la Satisfaction With Life Scale (SWLS) e il Hikikomori Questionnaire (HQ-25), che permettono di valutare quantitativamente i fenomeni in esame.

L'ipotesi centrale di questa tesi è che gli adolescenti con una bassa soddisfazione di vita siano più inclini al ritiro sociale, e che le relazioni di attaccamento possano moderare o influenzare questa tendenza. Si ipotizza inoltre che esistano differenze significative in base al genere e all'età degli adolescenti, che potrebbero offrire ulteriori spunti di riflessione sulle dinamiche del ritiro sociale.

Il metodo seguito è di tipo quantitativo e correlazionale, con un'analisi statistica dei dati raccolti che mira a verificare le ipotesi proposte e a esplorare le interazioni tra le variabili. Questo approccio consente di delineare un quadro chiaro delle dinamiche sottostanti al ritiro sociale negli adolescenti, fornendo una base per possibili interventi futuri.

# **1. INQUADRAMENTO TEORICO**

## **1.1. ADOLESCENZA E FUNZIONAMENTO: DEFINIZIONE E CARATTERISTICHE GENERALI**

L'adolescenza è una fase critica dello sviluppo che si estende dai 10 ai 19 anni (World Health Organization, 2021), caratterizzata da significativi cambiamenti fisici, emotivi, cognitivi e sociali. Durante questo periodo, gli adolescenti affrontano la transizione dall'infanzia all'età adulta, cercando di costruire la propria identità e autonomia. Questo processo può essere accompagnato da un aumento dello stress, dell'ansia e di sentimenti di solitudine, soprattutto in un contesto post-pandemico (WHO, 2021) (World Health Organization, 2022) (Steinberg, 2014).

### **1.1.1. Cambiamenti fisici, emotivi, cognitivi e sociali**

Durante l'adolescenza, lo sviluppo fisico include cambiamenti significativi dovuti alla pubertà. Il cervello rilascia ormoni che provocano la maturazione degli organi sessuali e altri cambiamenti corporei. Durante questa fase, gli adolescenti sperimentano uno scatto di crescita, con rapido aumento di altezza e peso. Altri cambiamenti includono odore corporeo, acne e aumento dei peli corporei. Le ragazze di solito sperimentano questi cambiamenti tra i 10 e i 14 anni, mentre i ragazzi tra i 14 e i 17 anni. I tempi e l'ordine di questi cambiamenti variano tra gli individui, con alcuni adolescenti che maturano prima e altri più tardi, il che può causare stress dovuto al confronto con i coetanei (Cleveland Clinic, n.d.).

Durante il periodo adolescenziale, i giovani continuano a sviluppare il loro concetto di sé, influenzato dalla loro crescente capacità di pensare in modo astratto e di considerare diverse possibilità. Questa fase è caratterizzata da una maggiore differenziazione del sé, spesso accompagnata da contraddizioni interne. Gli adolescenti possono vedersi come estroversi e chiusi, felici e lunatici, intelligenti e ignoranti, portandoli a sentirsi confusi riguardo alla loro vera identità. Queste contraddizioni emergono anche dal fatto che il comportamento degli adolescenti varia a seconda del contesto: possono essere più arrabbiati con i genitori, più estroversi con gli amici e più cauti al lavoro. Tale variabilità può farli sentire come impostori. Gli adolescenti iniziano anche a preoccuparsi maggiormente di come sono percepiti dagli altri, enfatizzando tratti come l'essere amichevoli e premurosi, e, man mano che crescono, aggiungono valori e standard morali alle loro autodescrizioni. Con la differenziazione del concetto di sé,

anche l'autostima subisce cambiamenti. Oltre agli aspetti accademici, sociali, fisici e atletici dell'autostima presenti durante l'infanzia, gli adolescenti considerano anche la loro competenza nelle relazioni sentimentali, lavorative e nelle amicizie strette.

L'autostima spesso diminuisce durante le transizioni scolastiche, come il passaggio dalla scuola elementare alla scuola media, ma tende ad aumentare nella tarda adolescenza, specialmente se gli adolescenti si sentono competenti nelle relazioni con i coetanei, nel loro aspetto e nelle loro abilità atletiche. Tuttavia, fattori di stress aggiuntivi come conflitti familiari possono influenzare negativamente questo processo (Lang et al., 2022).

Durante l'adolescenza, lo sviluppo cerebrale supera quello dell'infanzia, permettendo un pensiero più complesso e sofisticato. Mentre i bambini pensano logicamente solo a ciò che è concreto e presente, gli adolescenti possono riflettere su possibilità astratte e ipotetiche. Possono gestire astrazioni, testare ipotesi e vedere infinite possibilità, anche se mostrano ancora comportamenti egocentrici. Durante questa fase, la crescita dei neuroni e delle connessioni nervose accelera. Studi comportamentali e di risonanza magnetica funzionale (fMRI) hanno dimostrato che lo sviluppo delle funzioni esecutive, ovvero abilità cognitive che consentono il controllo e il coordinamento di pensieri e comportamento, è generalmente associato alla corteccia prefrontale (PFC). Le prestazioni in compiti che richiedono controllo inibitorio, velocità di elaborazione, memoria prospettica, memoria di lavoro, processo decisionale e assunzione di rischi continuano a svilupparsi durante l'adolescenza. Studi comportamentali hanno evidenziato miglioramenti nel controllo inibitorio, nella velocità di elaborazione, nella memoria prospettica, nella memoria di lavoro, nel processo decisionale e nell'assunzione di rischi. Parallelamente, studi di fMRI hanno rilevato che i cambiamenti nelle prestazioni nei compiti di funzione esecutiva sono strettamente correlati allo sviluppo della PFC. Questi studi indicano che le modifiche nella struttura e nella funzione della corteccia prefrontale sono cruciali per il miglioramento delle capacità cognitive durante l'adolescenza.

Quando un adolescente agisce impulsivamente, utilizza la "cognizione calda", che implica decisioni rapide e basate sulle emozioni. La "cognizione fredda", invece, implica l'uso della logica e del ragionamento. I genitori possono aiutare gli adolescenti a passare dalla cognizione calda a quella fredda rispondendo con empatia e ponendo domande, facilitando così lo sviluppo di capacità come il controllo degli impulsi, la

creatività, il problem solving e le capacità decisionali (Cleveland Clinic, n.d.; Choudhury, Blakemore, & Charman, 2006).

Gli adolescenti attraversano significativi cambiamenti sociali che influenzano le loro relazioni e il loro comportamento. Uno dei cambiamenti principali durante l'adolescenza è la ridefinizione delle relazioni con i genitori. Gli adolescenti cercano maggiore indipendenza e autonomia, il che può portare a conflitti familiari su temi come il coprifuoco, le faccende domestiche e le scelte personali. I pari giocano un ruolo cruciale nello sviluppo sociale degli adolescenti. Gli adolescenti iniziano a passare più tempo con i loro amici e meno con la famiglia, e queste interazioni sono spesso meno supervisionate. Le relazioni con i pari possono avere sia effetti positivi che negativi. Da un lato, i pari possono supportare la sperimentazione di nuove identità e promuovere comportamenti prosociali. Dall'altro, possono anche incoraggiare comportamenti rischiosi, come l'abuso di sostanze e le attività delinquenti. L'influenza dei pari è particolarmente forte durante l'adolescenza, rendendo cruciale comprendere i processi che sottendono questa sensibilità. Durante l'adolescenza, gli individui lavorano attivamente alla costruzione della propria identità sociale. Questo processo è influenzato dalle interazioni con i pari e dall'ambiente circostante. L'adolescenza è un periodo in cui gli individui esplorano e definiscono chi sono, spesso in risposta alle aspettative sociali e culturali. Le amicizie diventano più intime e basate sulla condivisione di pensieri e sentimenti, piuttosto che su attività condivise (Lang et al., 2022).

La maturità emotiva e l'integrazione sociale aumentano con l'età e l'esperienza scolastica. Studi longitudinali sugli adolescenti mostrano che con l'avanzare dell'età, gli studenti tendono a sviluppare una maggiore competenza emotiva e sociale (Steinberg, 2014), che si può riflettere in una maggiore soddisfazione di vita e attaccamento sicuro. Inoltre, durante l'adolescenza si assiste a un progressivo aumento della ricerca di indipendenza, dello sviluppo delle amicizie e della capacità di regolazione emotiva (Sawyer et al., 2012), che possono influenzare positivamente il benessere e le relazioni interpersonali.

Uno studio meta-analitico ha dimostrato che le femmine tendono a sviluppare attaccamenti più sicuri e ad avere una maggiore fiducia nelle loro relazioni sociali rispetto ai ragazzi, che mostrano una maggiore propensione al ritiro sociale e alla soddisfazione di vita inferiore (Gorrese & Ruggieri, 2012). Questo è coerente con la

tendenza generale delle ragazze a privilegiare la comunicazione e le relazioni interpersonali durante l'adolescenza.

## **1.2. IL FENOMENO HIKIKOMORI: DEFINIZIONE E CONTESTO STORICO**

### **1.2.1. Origini del fenomeno in Giappone e la sua diffusione in Italia**

L'isolamento sociale è un elemento comune in molte patologie mentali, tra cui depressione, ansia, disturbi dello spettro schizofrenico, disturbi dello spettro autistico, disturbo da stress post-traumatico (PTSD), disturbi dell'adattamento e alcuni disturbi della personalità. In giapponese, il termine per grave isolamento sociale è "hikikomori". Questo termine è utilizzato non solo per descrivere l'evitamento del contatto sociale, ma anche per riferirsi a una persona che soffre di tale condizione. Hikikomori può essere visto come una deviazione dalla norma, influenzata da vari fattori socio-psicologici (Dong, Li, & Baker, 2022).

Sebbene la cultura del ritiro sociale in Giappone possa essere ricondotta alla mitologia giapponese, il fenomeno ha ricevuto maggiore attenzione negli anni '70, periodo in cui si sono verificati episodi più frequenti di assenteismo scolastico o rifiuto scolastico e nevrosi da ritiro tra i giovani. Il termine "hikikomori" è stato introdotto per la prima volta al pubblico dallo psicologo Fujiya Tomita nel 1985. Tuttavia, ha ottenuto un riconoscimento più ampio solo con la pubblicazione del libro "Shakaiteki Hikikomori - Owaranai Shishunki" (Ritiro sociale: un'adolescenza senza fine) dello psichiatra Tamaki Saito nel 1998. Nel suo libro, Saito ha evidenziato l'aumento del numero di giovani, principalmente maschi tra la tarda adolescenza e i primi vent'anni, che si isolavano dal mondo, abbandonavano la scuola e spesso si confinavano nelle loro camere per mesi o anni. Saito ha descritto i casi di hikikomori come caratterizzati da un fallimento nel superare l'adolescenza, una sensibilità alle critiche e una chiusura nella propria famiglia o nel proprio mondo. Egli ha individuato come principale fattore sociale contribuito la pressione del sistema educativo. Quando gli adolescenti non riescono a soddisfare le aspettative dei genitori e della società e falliscono nel rigido sistema educativo, trovano sollievo ritirandosi. La cultura giapponese e la stretta struttura familiare tendono a tollerare questa forma di "dipendenza", il che può rappresentare uno svantaggio per chi soffre di hikikomori (Dong et al., 2022).

In Italia, il fenomeno hikikomori ha iniziato a manifestarsi a partire dal 2008. A differenza del Giappone, dove l'isolamento sociale tende a manifestarsi tra i 20 e i 29

anni, in Italia il fenomeno inizia generalmente durante gli anni delle scuole medie e superiori, collegandosi così all'abbandono scolastico e ai periodi critici dell'adolescenza (Lunardon, 2021).

I giovani italiani che soffrono di hikikomori tendono a manifestare forme di isolamento meno rigide e severe rispetto ai loro omologhi giapponesi. Ad esempio, alcuni frequentano ancora la scuola, ma si isolano una volta tornati a casa. Inoltre, gli hikikomori italiani tendono ad essere più dipendenti da Internet rispetto ai giapponesi, utilizzando la rete per mantenere una parvenza di contatto sociale e per sfuggire alla realtà (Lunardon, 2021).

Le differenze principali tra il fenomeno hikikomori in Italia e in Giappone risiedono nei contesti culturali e nelle dinamiche familiari. In Giappone, l'isolamento sociale è spesso legato alle elevate aspettative di successo personale e professionale, particolarmente sul primogenito maschio. La struttura familiare giapponese, caratterizzata da padri spesso assenti e madri iperprotettive, contribuisce a creare un ambiente che può favorire il ritiro sociale. In Italia, invece, le cause principali del fenomeno sono spesso legate a problemi scolastici, come il bullismo, e a difficoltà nelle relazioni interpersonali. Anche le aspettative familiari e le pressioni sociali giocano un ruolo significativo, ma la struttura familiare italiana tende ad essere meno rigida rispetto a quella giapponese. Inoltre, le forme di isolamento in Italia possono essere meno severe, con alcuni giovani che mantengono un minimo di contatto con i familiari (Lunardon, 2021).

### **1.2.2. Caratteristiche principali del fenomeno hikikomori**

Hikikomori è una forma patologica di ritiro sociale caratterizzata da un isolamento fisico prolungato nella propria abitazione. Per essere diagnosticati con hikikomori, gli individui devono soddisfare i seguenti criteri:

1. Marcato isolamento sociale nella propria casa.
2. Durata continua dell'isolamento sociale continuo di almeno 6 mesi.
3. Significativa compromissione funzionale o disagio associato all'isolamento sociale.

Le persone che escono di casa occasionalmente (2-3 giorni alla settimana), raramente (1 giorno alla settimana o meno), o che raramente escono da una singola stanza, possono essere classificate rispettivamente come lievi, moderate o gravi. Coloro che escono

frequentemente (4 o più giorni alla settimana) non soddisfano i criteri per l'hikikomori. La durata dell'isolamento sociale dovrebbe essere annotata, e coloro che sono isolati per almeno 3 ma non 6 mesi possono essere classificati come pre-hikikomori. L'età di esordio tipica è l'adolescenza o la prima età adulta, ma l'esordio può avvenire anche dopo i 30 anni (Kato, Kanba, & Teo, 2020).

I fattori psicologici che contribuiscono al fenomeno hikikomori includono l'ansia sociale, la depressione, la bassa autostima e la mancanza di interesse per le interazioni sociali. Questi individui possono sperimentare una forte paura del giudizio e del rifiuto sociale, che li porta a evitare qualsiasi forma di interazione sociale. I fattori sociali, come il bullismo e la pressione accademica, possono aggravare la tendenza al ritiro. La mancanza di supporto sociale e le dinamiche familiari disfunzionali possono ulteriormente contribuire all'isolamento (Kato et al., 2020).

Il ritiro sociale estremo può avere un impatto negativo sulla vita quotidiana, interferendo con l'istruzione, il lavoro e le relazioni familiari. Gli individui hikikomori possono diventare economicamente dipendenti dai familiari e soffrire di problemi di salute mentale e fisica a causa della mancanza di attività fisica e interazioni sociali. Le conseguenze a lungo termine possono includere difficoltà a reintegrarsi nella società, bassa autostima e una maggiore vulnerabilità a disturbi mentali come la depressione e l'ansia (Dong et al., 2022).

### **1.3. TEORIA DELL'ATTACCAMENTO**

Il concetto di attaccamento, introdotto da Bowlby più di tre decenni fa, descrive il legame fondamentale tra genitore e bambino, essenziale per la sopravvivenza e lo sviluppo del bambino. Basandosi sull'etologia, Bowlby ha concepito l'attaccamento come un insieme di comportamenti organizzati, biologicamente radicati (ad esempio, pianto, sorriso, aggrapparsi e ricerca di vicinanza nei bambini), che facilitano le interazioni tra bambino e genitore, massimizzando le possibilità di sopravvivenza. In situazioni di stress, come malattia, ambienti sconosciuti o solitudine, i bambini adottano questi comportamenti per ottenere protezione e sicurezza dai loro caregiver. In assenza di stress, i comportamenti di ricerca di vicinanza diminuiscono, permettendo ai bambini di impegnarsi in altre attività adattive che promuovono l'esplorazione e la padronanza dell'ambiente. Il sistema di attaccamento consente quindi ai bambini di vedere i genitori

sia come una "base sicura" da cui esplorare, sia come un "rifugio sicuro" a cui rivolgersi per supporto e protezione in momenti di minaccia percepita (Moretti & Peled, 2004).

L'attaccamento sviluppato durante l'infanzia funge da base sicura che influenza profondamente le relazioni e il comportamento dell'individuo durante l'adolescenza, determinando il modo in cui i giovani affrontano le sfide emotive e sociali di questa fase critica della vita (Bowlby, 1988).

### **1.3.1. Le diverse tipologie di attaccamento e la loro espressione in adolescenza**

- **Attaccamento Sicuro:** Gli adolescenti con attaccamento sicuro percepiscono un alto grado di fiducia e sicurezza nelle loro relazioni di attaccamento. Essi sentono che le loro figure di attaccamento, che includono genitori e pari, comprendono e rispettano i loro bisogni e desideri. Questi adolescenti percepiscono le loro figure di attaccamento come sensibili e rispondenti ai loro stati emotivi e preoccupazioni. Le caratteristiche principali dell'attaccamento sicuro includono un'alta fiducia reciproca, una comunicazione aperta e di supporto, e bassi livelli di rabbia e alienazione. Gli adolescenti con attaccamento sicuro tendono a mostrare maggiore soddisfazione di sé, una maggiore probabilità di cercare supporto sociale e una minore risposta sintomatica agli eventi stressanti della vita.
- **Attaccamento Insicuro-Evitante:** Gli adolescenti con attaccamento insicuro-evitante, d'altra parte, tendono a minimizzare l'importanza delle relazioni di attaccamento e mostrano un distacco emotivo. Essi evitano l'intimità emotiva e spesso negano i loro bisogni di attaccamento, cercando di apparire autosufficienti e indipendenti. Le caratteristiche principali dell'attaccamento insicuro-evitante includono una bassa fiducia reciproca, una comunicazione scarsa o superficiale, e alti livelli di alienazione e distacco emotivo.
- **Attaccamento Insicuro-Ambivalente:** gli adolescenti con attaccamento insicuro-ambivalente mostrano un comportamento contraddittorio nelle loro relazioni di attaccamento. Essi possono essere ansiosi riguardo alla disponibilità delle loro figure di attaccamento e spesso mostrano un desiderio eccessivo di vicinanza e attenzione. Questo bisogno intenso è frequentemente accompagnato da sentimenti di rabbia e frustrazione quando i loro bisogni emotivi non vengono soddisfatti. Le caratteristiche principali dell'attaccamento insicuro-ambivalente

includono incertezza riguardo alla disponibilità delle figure di attaccamento, un'elevata necessità di vicinanza, e frequenti manifestazioni di rabbia e frustrazione (Armsden & Greenberg, 1987).

### **1.3.2. Caratteristiche dell'attaccamento in relazione ai genitori e ai pari**

L'attaccamento, in relazione ai genitori e ai pari, gioca un ruolo fondamentale nello sviluppo emotivo e psicologico degli adolescenti. Questo concetto, che si fonda su teorie psicologiche ben consolidate, riguarda il legame affettivo che gli individui sviluppano con le figure di riferimento, influenzando profondamente il loro benessere e le loro relazioni sociali (Bowlby, 1988).

#### **L'attaccamento ai genitori**

L'attaccamento ai genitori è un processo dinamico che inizia nella prima infanzia e si evolve durante l'adolescenza. I genitori rappresentano le prime figure di attaccamento e svolgono un ruolo cruciale nel fornire sicurezza emotiva e protezione. Un attaccamento sicuro si sviluppa quando i genitori rispondono in modo coerente e sensibile ai bisogni del bambino, creando un ambiente in cui il figlio si sente compreso, supportato e sicuro (Ainsworth, 1989). Questo tipo di attaccamento è associato a numerosi benefici, come una maggiore autostima, una migliore regolazione delle emozioni e un ridotto rischio di sviluppare disturbi psicologici.

#### **L'attaccamento ai pari**

Durante l'adolescenza, l'attaccamento si estende ai pari, che diventano sempre più importanti nel fornire supporto emotivo e sociale. Le relazioni con i pari possono offrire un contesto in cui gli adolescenti sperimentano reciprocità e cooperazione, e in cui sviluppano competenze sociali essenziali. Un attaccamento sicuro con i pari, caratterizzato da fiducia e una buona comunicazione, facilita la creazione di relazioni sociali positive e soddisfacenti, contribuendo al benessere psicologico e alla costruzione di una solida identità sociale (Gorrese & Ruggieri, 2012).

#### **Costrutti chiave nell'attaccamento**

Tre dimensioni fondamentali definiscono la qualità dell'attaccamento, sia verso i genitori che verso i pari:

1. **Fiducia reciproca:** Questa dimensione misura la fiducia che un adolescente ha nelle figure di attaccamento. Una fiducia reciproca alta è indicativa di relazioni sane, dove l'adolescente si sente sicuro di poter contare sugli altri per il supporto

emotivo e la protezione. Questo tipo di fiducia è strettamente legato a un attaccamento sicuro, il quale a sua volta favorisce lo sviluppo di una solida autostima e una maggiore soddisfazione nella vita.

2. **Qualità della comunicazione:** La comunicazione aperta e onesta è essenziale per lo sviluppo di relazioni di attaccamento sicure. Una comunicazione di alta qualità permette la condivisione autentica di sentimenti e pensieri, che è cruciale per la costruzione di relazioni intime e di fiducia. L'adolescenza è un periodo di esplorazione e crescita, e una buona comunicazione con genitori e pari fornisce un sostegno importante in questo.
3. **Rabbia e alienazione:** Questo costrutto riflette il livello di rabbia, risentimento e distacco che un adolescente prova nelle sue relazioni di attaccamento. Alti livelli di alienazione indicano relazioni problematiche, spesso caratterizzate da conflitti non risolti e distacco emotivo. Questi sentimenti possono portare a esiti negativi, come un maggiore rischio di sviluppare disturbi psicologici e problemi comportamentali (Armsden & Greenberg, 1987; Mónaco, Schoeps, & Montoya-Castilla, 2019).

### **Implicazioni psicologiche**

Gli studi suggeriscono che un attaccamento sicuro, con alta fiducia e buona comunicazione e bassi livelli di alienazione, è associato a una migliore salute mentale e a una maggiore resilienza emotiva (Armsden & Greenberg, 1987). Gli adolescenti con attaccamenti sicuri tendono a mostrare livelli più alti di benessere psicologico, includendo una maggiore capacità di affrontare lo stress e di costruire relazioni sociali positive (Gorrese & Ruggieri, 2012). Come evidenziato da Lin (2020), l'attaccamento sicuro può agire come un predittore significativo di una vita soddisfacente, in parte grazie alla capacità di queste persone di coltivare gratitudine e di costruire relazioni significative con gli altri (Lin, 2020). Al contrario, un attaccamento insicuro, caratterizzato da bassa fiducia, scarsa comunicazione e alti livelli di alienazione, è correlato a una varietà di esiti negativi, come problemi di comportamento e una maggiore vulnerabilità ai disturbi mentali (Mónaco et al., 2019).

In conclusione, l'attaccamento, sia verso i genitori che verso i pari, svolge un ruolo cruciale nel determinare il benessere psicologico e sociale degli adolescenti.

## **1.4. IL BENESSERE SOGGETTIVO E LA SODDISFAZIONE DELLA VITA**

Il benessere soggettivo, o *Subjective Well-Being* (SWB), è un costrutto ampio che riflette la valutazione complessiva che un individuo fa della propria vita. Questo concetto include tre componenti principali:

1. **Affetto Positivo:** Si riferisce alla frequenza e all'intensità delle emozioni positive, come la gioia, l'entusiasmo e la felicità.
2. **Affetto Negativo:** Include le emozioni negative che una persona può sperimentare, come la tristezza, la rabbia e l'ansia.
3. **Soddisfazione della Vita:** Questa è la componente cognitiva del benessere soggettivo, che consiste nel giudizio complessivo che un individuo formula sulla qualità della propria vita in base alle proprie aspettative e standard.

Il benessere soggettivo non si limita a momentanei stati emotivi, ma rappresenta una valutazione duratura del proprio vissuto (Diener, Emmons, Larsen, & Griffin, 1985).

La soddisfazione della vita è quindi una parte cruciale del benessere soggettivo e riguarda il giudizio cognitivo globale che una persona esprime sulla propria esistenza. Questo giudizio si basa su quanto l'individuo percepisce che la propria vita sia in linea con le proprie aspettative e obiettivi personali.

Le ricerche indicano che un basso livello di soddisfazione della vita è spesso associato a sentimenti di depressione e ansia, che possono portare a un aumento del ritiro sociale (Diener et al., 1985). Studi recenti, come quello pubblicato su *Behavioral Sciences*, mostrano che l'evitamento sociale è collegato a una minore soddisfazione della vita e a difficoltà socio-emotive, tra cui anedonia sociale e depressione. Questo tipo di ritiro è spesso motivato da elevati livelli di ansia sociale e da esperienze negative con i pari, come il rifiuto o la vittimizzazione (Sette, Pecora, Laghi, & Coplan, 2023).

Inoltre, una ricerca pubblicata su *Applied Research in Quality of Life* evidenzia che l'evitamento sociale influisce negativamente su vari aspetti del benessere, tra cui il supporto sociale, la felicità e l'autostima, che sono componenti essenziali della soddisfazione della vita (Closson, McVarnock, & Cook, 2022).

Al contrario, coltivare buone relazioni sociali contribuisce in modo significativo ad aumentare la soddisfazione nella vita (Diener, Oishi, & Tay, 2018).

## **2. PRESENTAZIONE DELLA RICERCA**

### **2.1. INTRODUZIONE**

La ricerca “MOOD OFF: La solitudine e le relazioni negli adolescenti di oggi”, coordinata dalle Prof.sse Silvia Salcuni e Adriana Lis e dalle Dott.sse Giulia Bassi e Elisa Mancinelli, approvata dal Comitato Etico di Psicologia dell’Università degli Studi di Padova il 7 aprile 2023 (n° 5315/2023), ha avuto l’obiettivo di indagare vari aspetti del benessere psicologico degli adolescenti di oggi, in particolare quelli compresi tra i 14 e i 19 anni.

### **2.2. OBIETTIVI DELLA RICERCA E IPOTESI**

#### **Obiettivi della ricerca**

Il progetto si è proposto di offrire una panoramica completa sul benessere psicologico degli adolescenti italiani nel periodo post-pandemico, fornendo strumenti utili per comprendere e migliorare la loro qualità di vita e le loro relazioni interpersonali. Gli obiettivi principali sono stati monitorare, misurare e osservare i punteggi relativi al senso di solitudine, stress, sintomi di ansia e tristezza, per valutare eventuali miglioramenti o peggioramenti di questi sintomi dopo la fine del periodo pandemico.

In questo contesto, si è voluto esaminare come gli adolescenti delle scuole superiori percepiscono la loro vita, affrontano la solitudine, gestiscono le relazioni e il ritiro sociale, nonché il loro rapporto con i genitori e i coetanei. Si è cercato di comprendere l'utilizzo più o meno problematico che gli adolescenti fanno di Internet e dei social media come strumenti per creare relazioni significative, sempre più presenti nella vita dei giovani e spesso diventati il principale mezzo per interagire con gli amici, talvolta a scapito delle interazioni reali.

Inoltre, lo studio ha voluto approfondire altre aree del benessere psicologico degli adolescenti, come la presenza di sintomi ansiosi e depressivi, l'aggressività, l'autostima, la capacità di regolazione emotiva e di autocontrollo, il comportamento altruistico, la soddisfazione per la propria vita, la percezione di significato nella vita e la relazione con i genitori. Un focus particolare è stato posto sull'analisi delle differenze tra maschi e femmine e tra gli studenti del biennio e quelli del triennio, per valutare se ci sono differenze significative tra i sessi e i gruppi di età.

Nello specifico, la tesi si occupa della ricerca di correlazioni tra i costrutti dei seguenti questionari: Hikikomori Questionnaire (HQ-25), Inventory of Parent and Peer Attachment (IPPA) e Satisfaction With Life Scale (SWLS). L'obiettivo è indagare se ci sono legami tra il ritiro sociale, le tipologie di attaccamento e la soddisfazione della vita, analizzando come questi aspetti influenzino il benessere psicologico degli adolescenti e verificando la presenza di differenze significative in base al sesso e all'età.

### **Ipotesi di Ricerca**

Di seguito vengono presentate le ipotesi di ricerca formulate sulla base della revisione della letteratura:

#### **1. Correlazioni tra Attaccamento e Soddisfazione di Vita:**

- Ipotesi: Esistono correlazioni significative tra attaccamento (IPPA) e soddisfazione di vita (SWL) tra gli adolescenti, con un attaccamento sicuro che è associato a una maggiore soddisfazione di vita (Lin, 2020).

#### **2. Relazione tra Soddisfazione di Vita e Tendenza al Ritiro Sociale:**

- Ipotesi: La tendenza al ritiro sociale (HQ) è negativamente correlata con la soddisfazione di vita (SWL), suggerendo che una maggiore soddisfazione di vita è associata a una minore tendenza al ritiro sociale (Diener et al., 1985; Closson et al., 2022; Diener et al., 2018).

#### **3. Influenza dell'Attaccamento sulla Tendenza al Ritiro Sociale:**

- Ipotesi: L'attaccamento insicuro (IPPA) è positivamente correlato con una maggiore tendenza al ritiro sociale (HQ), indicando che gli adolescenti con un attaccamento insicuro ambivalente hanno una maggiore propensione a comportamenti di hikikomori (Bowlby, 1988; Gorrese & Ruggieri, 2012; Lin, 2020).

#### **4. Differenze tra Biennio e Triennio nei Costrutti Misurati:**

- Ipotesi: Gli studenti del triennio riportano punteggi più alti di soddisfazione di vita (SWL) e attaccamento sicuro (IPPA) rispetto agli studenti del biennio (Steinberg, 2014; Sawyer et al., 2012).

#### **5. Differenze di Genere nei Costrutti Misurati:**

- Ipotesi: Le ragazze riportano punteggi più alti nelle sottoscale di comunicazione e fiducia dell'IPPA, e punteggi più bassi di ritiro sociale (HQ) e soddisfazione della vita rispetto ai ragazzi, mentre i ragazzi mostrano una maggiore tendenza al ritiro sociale (Gorrese & Ruggieri, 2012).

## **2.3. PROCEDURA**

### **2.3.1. Descrizione del campione e selezione del sottocampione**

Il campione, composto da studenti delle scuole superiori di età compresa tra i 14 e i 19 anni, è stato reclutato in diverse scuole secondarie di secondo grado del Nord, Centro e Sud Italia, previo consenso dei dirigenti scolastici, per un totale di circa 3000 studenti. Il sottocampione considerato in questa tesi è composto da 300 studenti, equamente distribuiti per sesso e per gruppi di età, suddivisi tra biennio e triennio.

### **2.3.2. Modalità di somministrazione**

Ottenuta la firma del consenso informato, da parte dei genitori per gli studenti minorenni oppure da parte degli studenti stessi se maggiorenni, ai ragazzi è stato chiesto di rispondere ad una batteria di questionari in aula, tramite link Qualtrics accessibile dal proprio smartphone. Diversamente in alcuni istituti, per la compilazione dei questionari, sono stati utilizzati computer nelle aule studio. La somministrazione, della durata complessiva compresa tra i 60 e i 90 minuti, è avvenuta sotto la supervisione dell'insegnante di riferimento e del laureando responsabile della raccolta dati.

I dati sono stati raccolti in modo confidenziale, mediante l'attribuzione di un codice univoco e anonimo a ciascuno studente, così che i genitori (o i ragazzi stessi, se maggiorenni), qualora lo desiderassero, potessero ottenere la restituzione individuale dei dati grezzi relativi ai punteggi ottenuti dal proprio figlio.

Nello specifico, oltre ad alcune iniziali domande socio-demografiche, i questionari somministrati sono stati: Hikikomori Risk Inventory; Hikikomori Questionnaire; Behavioral Inhibition Questionnaire; Internet Disorder Scale; Rosenberg Self-Esteem Scale; Brief Self-Control Scale; Satisfaction with Life Scale; Reactive-Proactive Aggression Questionnaire; Parenting Style Inventory-II; Difficulties in Emotion Regulation Scale-Short Form; Meaning in Life Questionnaire; Flourishing Scale; Strengths and Difficulties Questionnaire; Big Five Questionnaire Children; Inventory of Parent and Peer Attachment.

## **2.4. STRUMENTI DI RACCOLTA DEI DATI**

Di seguito verranno descritti in dettaglio gli strumenti di raccolta dati utilizzati per testare le ipotesi di ricerca.

### **2.4.1. Hikikomori Questionnaire (HQ-25)**

L'Hikikomori Questionnaire (HQ-25) è uno strumento clinico sviluppato per identificare e misurare il grado di ritiro sociale, tipico del comportamento hikikomori.

Originariamente creato nel 2013 dal Dr. Takahiro Kato e il suo team di ricercatori giapponesi, e successivamente validato da Alan Teo e colleghi nel 2018, il questionario è stato pubblicato sulla rivista *Psychiatry and Clinical Neurosciences* (Teo et al., 2018). L'HQ-25 è stato formulato attraverso un rigoroso processo di validazione e analisi statistica, coinvolgendo esperti in psicologia clinica e psichiatria, con l'obiettivo di fornire uno strumento affidabile per la valutazione del ritiro sociale.

Il questionario è composto da 25 item, ognuno dei quali utilizza una scala Likert a 5 punti (da "1 - Fortemente in disaccordo" a "5 - Fortemente d'accordo"). Questi item sono suddivisi in tre dimensioni principali che offrono una comprensione approfondita delle esperienze e delle sfide affrontate dagli hikikomori:

1. **Ritiro Sociale:** Questa dimensione valuta la tendenza dell'individuo a isolarsi dagli altri, inclusi comportamenti come il rimanere in casa per lunghi periodi e l'evitare contatti con la famiglia e gli amici. Un alto punteggio in questa dimensione è un indicatore chiave del fenomeno hikikomori.
2. **Sintomi Psicologici:** Misura la presenza di sintomi come ansia e depressione, che spesso accompagnano e aggravano il ritiro sociale. Questi sintomi rappresentano un aspetto critico nel comprendere il quadro psicologico degli hikikomori.
3. **Dipendenza dalla Famiglia e Supporto Emotivo:** Questa dimensione valuta sia il grado di dipendenza emotiva e pratica dell'individuo dalla propria famiglia, sia la percezione del supporto emotivo ricevuto dalle figure di riferimento. Un basso livello di supporto emotivo o un'alta dipendenza dalla famiglia possono contribuire significativamente al mantenimento del comportamento di ritiro.

Il questionario richiede circa 10-15 minuti per essere completato, con punteggi totali che variano da 25 a 125. Punteggi più alti indicano un rischio maggiore di comportamento hikikomori, aiutando così i clinici a delineare strategie di intervento efficaci per supportare il reinserimento sociale degli individui coinvolti.

#### **2.4.2. Inventory of Parent and Peer Attachment (IPPA)**

L'**Inventory of Parent and Peer Attachment (IPPA)** è uno strumento utilizzato per valutare la qualità degli attaccamenti affettivi degli adolescenti con i loro genitori e coetanei. Creato nel 1987 da Sarah S. Armsden e Mark T. Greenberg, il questionario è

stato sviluppato attraverso ricerche approfondite sulle teorie dell'attaccamento e validato con numerosi studi empirici.

L'IPPA misura tre dimensioni principali dell'attaccamento:

- **Fiducia:** Livello di fiducia che l'adolescente ha nei confronti dei genitori e dei pari.
- **Comunicazione:** Qualità della comunicazione tra l'adolescente e i genitori o i pari.
- **Alienazione:** Sentimenti di distacco o alienazione dagli altri.

Esso è composto da due versioni, una per i genitori e una per i pari, ciascuna con 25 item. Ogni item utilizza una scala Likert a 5 punti che va da "1 - Quasi mai o mai" a "5 - Quasi sempre o sempre". Il questionario richiede circa 20-30 minuti per essere completato e può essere somministrato in forma cartacea o digitale.

I punteggi sono calcolati separatamente per l'attaccamento ai genitori e ai pari. Punteggi più alti indicano una maggiore qualità dell'attaccamento.

#### **2.4.3. Satisfaction with Life Scale (SWLS)**

La **Satisfaction with Life Scale (SWLS)** è uno strumento utilizzato per misurare la soddisfazione generale di un individuo con la propria vita. Sviluppata nel 1985 da Ed Diener e il suo team di ricerca, il questionario è stato formulato basandosi su studi teorici riguardanti il benessere soggettivo e la felicità.

La SWLS valuta la soddisfazione globale con la vita attraverso 5 affermazioni che riflettono il giudizio cognitivo dell'individuo sulla propria vita. Composto da 5 item, ciascuno con una scala di risposta Likert a 7 punti (da "1 - Fortemente in disaccordo" a "7 - Fortemente d'accordo"), il questionario richiede circa 5 minuti per essere completato.

I punteggi totali variano da 5 a 35, con punteggi più alti che indicano una maggiore soddisfazione con la vita.

### **2.5. METODI DI ANALISI STATISTICA DEI DATI**

Per la presente ricerca, sono stati impiegati metodi di analisi statistica specifici per esaminare le relazioni tra le variabili psicologiche misurate, nonché per confrontare le medie tra diversi gruppi di studenti. Le analisi sono state condotte utilizzando il software SPSS.

#### **1. Correlazioni di Pearson**

La correlazione di Pearson è stata utilizzata per esaminare le relazioni tra le variabili continue, come le dimensioni dell'attaccamento (IPPA) e la soddisfazione di vita (SWLS), nonché tra la soddisfazione di vita e la tendenza al ritiro sociale (HQ-25).

## **2. T-test per Campioni Indipendenti**

Il t-test per campioni indipendenti è stato utilizzato per confrontare le medie delle variabili tra due gruppi distinti: gli studenti del biennio e del triennio, e tra maschi e femmine.

### 3. RISULTATI

#### 3.1. CORRELAZIONI TRA ATTACCAMENTO (IPPA) E SODDISFAZIONE DI VITA (SWL)

Le correlazioni tra le dimensioni dell'attaccamento misurate dall'IPPA (Inventory of Parent and Peer Attachment) e la soddisfazione di vita (SWLS - Satisfaction With Life Scale) mostrano risultati significativi e coerenti con l'ipotesi di una relazione positiva tra un attaccamento sicuro e una maggiore soddisfazione di vita.

- Fiducia nella madre (trustm): Correlata positivamente con SWLS ( $r=0.305$ ,  $p<0.001$ ). Questo indica che una maggiore fiducia nella madre è associata a una maggiore soddisfazione di vita.
- Alienazione dalla madre (alienm): È negativamente correlata con SWLS ( $r=-0.409$ ,  $p<0.001$ ). Questo significa che un sentimento di alienazione dalla madre è associato a una minore soddisfazione di vita.
- Sicurezza con la madre (securm): È positivamente correlata con SWLS ( $r=0.341$ ,  $p<0.001$ ), il che indica che una maggiore sicurezza percepita nel rapporto con la madre è legata a una maggiore soddisfazione di vita.
- Fiducia nel padre (trustp): Correlata positivamente con SWLS ( $r=0.411$ ,  $p<0.001$ ), indicando che una maggiore fiducia nel padre è associata a una maggiore soddisfazione di vita.
- Comunicazione con il padre (comp): Mostra una correlazione positiva con SWLS ( $r=0.376$ ,  $p<0.001$ ), suggerendo che una migliore comunicazione con il padre contribuisce a una maggiore soddisfazione di vita.
- Alienazione dal padre (alienp): È negativamente correlata con SWLS ( $r=-0.457$ ,  $p<0.001$ ), suggerendo che un sentimento di alienazione dal padre è associato a una minore soddisfazione di vita.
- Sicurezza con il padre (securp): È positivamente correlata con SWLS ( $r=0.450$ ,  $p<0.001$ ), il che significa che una maggiore sicurezza percepita nel rapporto con il padre è legata a una maggiore soddisfazione di vita.

Questi risultati supportano fortemente l'ipotesi che un attaccamento sicuro con entrambi i genitori sia associato a una maggiore soddisfazione di vita negli adolescenti.

### **3.2. RELAZIONE TRA SODDISFAZIONE DI VITA (SWL) E TENDENZA AL RITIRO SOCIALE (HQ-25)**

La relazione tra la soddisfazione di vita (SWLS) e la tendenza al ritiro sociale, misurata attraverso le dimensioni del Hikikomori Questionnaire (HQ-25), rivela relazioni significative e negative:

- SWLS è negativamente correlata con HQ\_Socialization ( $r=-0.458$ ,  $p<0.001$ ) e HQ\_Isolation ( $r=-0.422$ ,  $p<0.001$ ) e con l'emotional support, sebbene con minore impatto ( $r=-0.297$ ,  $p<0.001$ ). Questo significa che una maggiore soddisfazione di vita è associata a una minore tendenza al ritiro sociale in tutte le sue dimensioni.

Questi risultati supportano l'ipotesi che gli adolescenti con una maggiore soddisfazione di vita tendano meno a isolarsi socialmente o a ritirarsi dalla vita sociale.

### **3.3. INFLUENZA DELL'ATTACCAMENTO (IPPA) SULLA TENDENZA AL RITIRO SOCIALE (HQ-25)**

L'influenza dell'attaccamento sulle tendenze al ritiro sociale è evidenziata da numerose correlazioni significative:

- Fiducia nella madre (trustm) è negativamente correlata con HQ\_Isolation ( $r=-0.318$ ,  $p<0.001$ ), suggerendo che una maggiore fiducia con la madre riduce la tendenza all'isolamento sociale.
- Alienazione dalla madre (alienm) è positivamente correlata con HQ\_Socialization ( $r=0.327$ ,  $p<0.001$ ), HQ\_Isolation ( $r=0.331$ ,  $p<0.001$ ), e HQ\_EmotionalSupport ( $r=0.328$ ,  $p<0.001$ ). Questo indica che un maggiore senso di alienazione dalla madre sia associato a una maggiore tendenza al ritiro sociale e a un minore supporto emotivo percepito.
- Sicurezza con la madre (securm) è negativamente correlata con HQ\_Socialization ( $r=-0.309$ ,  $p<0.001$ ), HQ\_Isolation ( $r=-0.341$ ,  $p<0.001$ ), e HQ\_EmotionalSupport ( $r=-0.331$ ,  $p<0.001$ ), suggerendo che una maggiore sicurezza percepita nel rapporto con la madre sia associata a una minore tendenza al ritiro sociale e a una maggiore percezione di supporto emotivo.
- Alienazione dal padre (alienp) è positivamente correlata con HQ\_Socialization ( $r=0.350$ ,  $p<0.001$ ), HQ\_Isolation ( $r=0.315$ ,  $p<0.001$ ), e HQ\_EmotionalSupport ( $r=0.304$ ,  $p<0.001$ ). Un maggiore senso di alienazione dal padre è quindi

associato a una maggiore tendenza al ritiro sociale e a una minore percezione di supporto emotivo.

- Sicurezza con il padre (securp) è negativamente correlata con HQ\_Socialization ( $r=-0.329$ ,  $p<0.001$ ) e HQ\_Isolation ( $r=-0.346$ ,  $p<0.001$ ), suggerendo che una maggiore sicurezza percepita nel rapporto con il padre è associata a una minore tendenza al ritiro sociale e a una minore percezione di isolamento.

Questi risultati confermano che un attaccamento sicuro, caratterizzato da alta fiducia e sicurezza con i genitori, riduce la tendenza al ritiro sociale, mentre un attaccamento insicuro, caratterizzato da alienazione, aumenta la propensione al ritiro sociale.

### **3.4. DIFFERENZE TRA STUDENTI DEL BIENNIO E DEL TRIENNIO NEI COSTRUTTI MISURATI**

L'analisi delle differenze tra gli studenti del biennio e del triennio nei vari costrutti misurati rivela alcune differenze significative:

- Comunicazione con la madre (comm): Gli studenti del triennio riportano punteggi significativamente più alti rispetto agli studenti del biennio ( $p=0.032$ ), suggerendo che gli studenti più anziani percepiscono una comunicazione migliore con la madre.
- Alienazione dal padre (alienp): Gli studenti del triennio riportano livelli significativamente più alti di alienazione rispetto a quelli del biennio ( $p=0.025$ ), suggerendo una maggiore percezione di distacco emotivo dal padre negli anni superiori.
- HQ\_Socialization: Gli studenti del triennio mostrano una maggiore tendenza al ritiro sociale nella dimensione della socializzazione rispetto agli studenti del biennio ( $p=0.048$ ).
- HQ\_EmotionalSupport: Gli studenti del biennio percepiscono di ricevere un maggiore supporto emotivo rispetto a quelli del triennio ( $p=0.046$ ).
- Soddisfazione di vita (SWLS): Gli studenti del biennio riportano una soddisfazione di vita significativamente più alta rispetto agli studenti del triennio ( $p=0.034$ ).

<b>Variabile</b>	<b>Biennio Media</b>	<b>Biennio Dev. Stand</b>	<b>Triennio Media</b>	<b>Triennio Dev. Stand</b>	<b>T-test (Varianze uguali presunte)</b>	<b>Sign. (p- value)</b>
<b>trustm</b>	39.26	8.71	40.74	9.08	-1.441	0.075
<b>comm</b>	32.06	8.09	33.88	8.90	-1.852	0.032
<b>alienm</b>	13.19	5.17	13.03	5.45	0.258	0.398
<b>securm</b>	94.13	20.00	97.58	21.37	-1.446	0.075
<b>securp</b>	89.15	20.46	85.69	22.32	1.398	0.082
<b>trustp</b>	37.79	8.94	36.61	9.68	1.101	0.136
<b>comp</b>	28.70	8.33	27.67	9.27	1.009	0.157
<b>alienp</b>	13.35	5.31	14.59	5.64	-1.967	0.025
<b>HQ_Socialization</b>	13.07	7.87	14.74	9.50	-1.665	0.048
<b>HQ_Isolation</b>	10.11	5.97	9.64	6.43	0.298	0.383
<b>HQ_EmotionalSupport</b>	8.42	4.54	7.55	4.35	1.688	0.046
<b>SWLS</b>	22.22	6.45	20.79	7.08	1.825	0.034

### **3.5. DIFFERENZE DI GENERE NEI COSTRUTTI MISURATI**

L'analisi delle differenze di genere nei costrutti misurati ha rivelato alcune differenze significative tra maschi e femmine:

- Fiducia nel padre (trustp) e comunicazione con il padre (comp) mostrano differenze significative, con i maschi che riportano punteggi più alti rispetto alle femmine ( $p=0.031$  per trustp,  $p=0.026$  per comp).
- Le femmine hanno riportato punteggi significativamente più alti in comunicazione con la madre (comm) rispetto ai maschi ( $p=0.061$ , vicino alla significatività).
- Sicurezza con il padre (securp) è risultata significativamente più alta nei maschi rispetto alle femmine ( $p=0.011$ ).
- Alienazione dal padre (alienp) è risultata significativamente più alta nelle femmine rispetto ai maschi ( $p=0.008$ ), suggerendo che le femmine tendono a sentirsi più distaccate emotivamente dai loro padri rispetto ai maschi.
- Soddisfazione di vita (SWLS) è significativamente più alta nei maschi rispetto alle femmine ( $p=0.003$ ), suggerendo che i maschi sono generalmente più soddisfatti della loro vita rispetto alle femmine.

- Tendenza al ritiro sociale: Le femmine hanno riportato punteggi più alti in HQ\_Socialization rispetto ai maschi, con una differenza significativa ( $p=0.048$ ), suggerendo una maggiore tendenza al ritiro sociale nelle femmine. Nei punteggi di HQ\_EmotionalSupport, le femmine hanno riportato punteggi significativamente più bassi rispetto ai maschi ( $p=0.005$ ), indicando che percepiscono di ricevere meno supporto emotivo.

<b>Variabile</b>	<b>Maschi Media</b>	<b>Maschi Dev. Stand</b>	<b>Femmine Media</b>	<b>Femmine Dev. Stand</b>	<b>T- test</b>	<b>Sign. (p- value)</b>
<b>trustm</b>	40.05	8.30	39.88	9.49	0.17	0.866
<b>comm</b>	32.16	7.76	33.69	9.19	1.56	0.121
<b>alienm</b>	13.19	5.07	13.03	5.53	0.25	0.803
<b>securm</b>	95.03	18.85	96.54	22.45	0.63	0.530
<b>trustp</b>	38.39	8.38	36.07	10.05	2.17	0.031
<b>comp</b>	29.33	7.38	27.08	9.90	2.23	0.026
<b>alienp</b>	13.11	5.06	14.78	5.81	2.66	0.008
<b>securp</b>	90.61	18.22	84.37	23.83	2.55	0.011
<b>HQ_Socialization</b>	13.14	8.29	14.61	9.10	1.46	0.145
<b>HQ_Isolation</b>	9.98	5.84	10.03	6.53	0.08	0.941
<b>HQ_EmotionalSupport</b>	8.73	4.77	7.27	4.03	2.85	0.005
<b>SWLS</b>	22.70	6.53	20.37	6.86	3.02	0.003

## **4. DISCUSSIONE DEI RISULTATI**

### **4.1. RISULTATI RELATIVI ALL'ANALISI DELLA RELAZIONE TRA ATTACCAMENTO E SODDISFAZIONE DI VITA**

I risultati ottenuti confermano chiaramente l'ipotesi iniziale secondo cui un attaccamento sicuro è positivamente correlato con una maggiore soddisfazione di vita negli adolescenti. Come evidenziato dalle correlazioni significative, la fiducia e la comunicazione con entrambi i genitori sono state associate a livelli più alti di soddisfazione di vita, mentre l'alienazione ha mostrato una correlazione negativa con il benessere percepito. Questi risultati sono coerenti con la letteratura esistente, che sottolinea come un attaccamento sicuro favorisca un senso di sicurezza e benessere generale, contribuendo positivamente alla qualità della vita degli adolescenti (Armsden & Greenberg, 1987; Mónaco et al., 2019).

La correlazione positiva tra fiducia e comunicazione con i genitori e la soddisfazione di vita suggerisce che il sostegno emotivo e la percezione di essere compresi e accettati sono fondamentali per lo sviluppo di un forte senso di benessere. Al contrario, l'alienazione, che riflette una percezione di distacco e mancanza di comprensione, risulta essere un fattore di rischio per una diminuzione della soddisfazione di vita. Questi risultati rafforzano l'importanza di promuovere relazioni familiari positive e aperte come parte integrante del benessere psicologico degli adolescenti.

### **4.2. RISULTATI RELATIVI ALL'ANALISI DELLA RELAZIONE TRA SODDISFAZIONE DI VITA E TENDENZA AL RITIRO SOCIALE**

L'ipotesi secondo cui una maggiore soddisfazione di vita sia associata a una minore tendenza al ritiro sociale è stata confermata dai dati. Le correlazioni negative tra la soddisfazione di vita e le dimensioni del ritiro sociale (HQ\_Socialization, HQ\_Isolation, e HQ\_EmotionalSupport) indicano chiaramente che gli adolescenti che sono più soddisfatti della loro vita tendono a essere meno inclini all'isolamento sociale e al ritiro (Closson et al., 2022; Sette et al., 2023).

Questi risultati suggeriscono che la soddisfazione di vita potrebbe agire come un fattore protettivo contro il ritiro sociale. Gli adolescenti che sono contenti delle loro vite possono avere relazioni sociali più forti e sentirsi più connessi alla loro comunità, riducendo così la probabilità di sviluppare comportamenti di ritiro. Inoltre, questi risultati sono in linea con ricerche precedenti che collegano il benessere soggettivo a una maggiore partecipazione sociale e a migliori relazioni interpersonali.

#### **4.3. RISULTATI RELATIVI ALL'ANALISI DELLA RELAZIONE TRA ATTACCAMENTO E TENDENZA AL RITIRO SOCIALE**

L'analisi ha mostrato che l'attaccamento, in particolare la fiducia e la comunicazione con i genitori, è negativamente correlato con la tendenza al ritiro sociale. Al contrario, l'alienazione dai genitori è positivamente correlata con il ritiro sociale. Questi risultati confermano l'ipotesi che un attaccamento insicuro, caratterizzato da sentimenti di alienazione e distacco, aumenta la propensione degli adolescenti a ritirarsi socialmente, comportamenti tipici del fenomeno hikikomori (Krieg & Dickie, 2013).

L'importanza della sicurezza emotiva e della comunicazione è evidenziata dalla loro associazione con una minore tendenza al ritiro. Adolescenti che percepiscono un legame forte e sicuro con i genitori sembrano meno inclini a isolarsi, probabilmente perché si sentono sostenuti e capiti. D'altra parte, l'alienazione sembra avere un impatto opposto, incrementando il rischio di comportamenti di isolamento. Questi risultati suggeriscono che interventi volti a migliorare la qualità delle relazioni familiari potrebbero essere efficaci nel prevenire o ridurre il ritiro sociale negli adolescenti.

#### **4.4. RISULTATI RELATIVI ALLE DIFFERENZE TRA STUDENTI DEL BIENNIO E DEL TRIENNIO**

Le analisi delle differenze tra gli studenti del biennio e del triennio hanno rivelato risultati che contraddicono l'ipotesi iniziale (Steinberg, 2014; Sawyer et al., 2012), la quale prevedeva che gli studenti del triennio riportassero punteggi più bassi di soddisfazione di vita (SWL) rispetto a quelli del biennio. Tuttavia, i dati mostrano che gli studenti del biennio hanno livelli di soddisfazione di vita più elevati.

Questo risultato può essere spiegato alla luce delle pressioni e delle sfide accademiche e sociali che aumentano con l'età e con il progredire nel percorso scolastico. Goldbeck et al. (2007) evidenziano che la soddisfazione di vita tende a diminuire durante l'adolescenza, in particolare nei periodi di transizione come quello tra il biennio e il triennio delle scuole superiori. Questo declino può essere attribuito a un aumento delle responsabilità, delle aspettative accademiche e delle pressioni sociali che gli studenti del triennio devono affrontare, rispetto ai loro colleghi più giovani (Goldbeck, Schmitz, Besier, Herschbach, & Henrich, 2007).

#### **4.5. RISULTATI RELATIVI ALLE DIFFERENZE DI GENERE**

Le differenze di genere nei costrutti misurati hanno confermato solo alcune delle ipotesi iniziali. Mentre ci si aspettava che le ragazze riportassero punteggi più alti in comunicazione e fiducia e punteggi più bassi di ritiro sociale e soddisfazione di vita, i risultati mostrano che i ragazzi tendono ad avere una maggiore soddisfazione di vita e una minore tendenza al ritiro sociale.

Barzeva, Meeus e Oldehinkel (2019) hanno evidenziato che le traiettorie di sviluppo del ritiro sociale possono variare significativamente tra maschi e femmine, con le ragazze che possono essere più vulnerabili al ritiro sociale in determinati contesti. Questo può essere in parte spiegato dal fatto che le ragazze tendono a non trovare il supporto emotivo, come indicato dai punteggi più bassi in HQ\_EmoionalSupport trovati in questo studio.

Inoltre, Laible, Carlo e Raffaelli (2000) hanno dimostrato che la relazione di attaccamento con i genitori può avere un impatto differente sugli adolescenti a seconda del genere, con le ragazze che possono attribuire maggiore importanza al legame con la madre rispetto ai ragazzi. Questo potrebbe spiegare perché le ragazze, nonostante una buona comunicazione con i genitori, possono comunque sperimentare una minore soddisfazione di vita rispetto ai ragazzi (Ma & Huebner, 2008).

## **5. CONCLUSIONI**

### **5.1 RIEPILOGO DEI RISULTATI PRINCIPALI**

La presente ricerca ha indagato le relazioni tra l'attaccamento, la soddisfazione di vita e la tendenza al ritiro sociale negli adolescenti, con particolare attenzione alle differenze di genere e di età tra gli studenti del biennio e del triennio delle scuole superiori. I risultati emersi confermano diverse delle ipotesi iniziali. In particolare, è stata rilevata una significativa correlazione positiva tra un attaccamento sicuro ai genitori e una maggiore soddisfazione di vita, suggerendo che il supporto emotivo e la qualità della comunicazione con le figure genitoriali giocano un ruolo cruciale nel benessere psicologico degli adolescenti.

Inoltre, è emersa una correlazione negativa tra soddisfazione di vita e tendenza al ritiro sociale, indicando che gli adolescenti più soddisfatti della loro vita tendono meno a isolarsi socialmente. L'attaccamento insicuro, caratterizzato da sentimenti di alienazione dai genitori, è risultato associato a una maggiore propensione al ritiro sociale, confermando l'importanza delle relazioni familiari nella prevenzione di comportamenti di isolamento.

Le analisi delle differenze tra studenti del biennio e del triennio hanno rivelato che gli studenti del biennio riportano una soddisfazione di vita più elevata rispetto ai loro colleghi del triennio, il che può essere spiegato dalle crescenti pressioni accademiche e sociali che gli studenti affrontano con l'avanzare del percorso scolastico. Infine, le differenze di genere hanno evidenziato che i ragazzi tendono a riportare una maggiore soddisfazione di vita e una minore tendenza al ritiro sociale rispetto alle ragazze, nonostante queste ultime mostrino una comunicazione generalmente migliore con i genitori.

### **5.2 LIMITI DELLO STUDIO**

Nonostante i risultati ottenuti siano in buona parte coerenti con la letteratura esistente, il presente studio presenta alcuni limiti. Il primo riguarda la composizione del campione, limitato agli studenti di alcune scuole superiori italiane, il che potrebbe ridurre la generalizzabilità dei risultati. Inoltre, la natura correlazionale dello studio non permette di stabilire relazioni causali tra le variabili indagate. Un altro limite è rappresentato dall'uso di questionari auto-somministrati, che possono essere soggetti a bias di risposta e alla desiderabilità sociale.

### **5.3 SUGGERIMENTI PER FUTURE RICERCHE**

Alla luce dei limiti emersi, future ricerche potrebbero ampliare il campione, includendo non solo adolescenti di diverse regioni e contesti socio-culturali per migliorare la generalizzabilità dei risultati, ma anche studenti delle scuole medie, per comprendere meglio le dinamiche del ritiro sociale fin dalle fasi iniziali dell'adolescenza.

Studi longitudinali potrebbero inoltre essere utili per esplorare le dinamiche causali tra attaccamento, soddisfazione di vita e ritiro sociale nel tempo. Infine, sarebbe interessante approfondire il ruolo dei fattori culturali e familiari nel modellare le differenze di genere osservate, esplorando anche l'efficacia di interventi psicoeducativi mirati a rafforzare le relazioni familiari e prevenire il ritiro sociale.

## BIBLIOGRAFIA

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.

<https://doi.org/10.1007/BF02202939>

Barzeva, S. A., Meeus, W. H. J., & Oldehinkel, A. J. (2019). Social Withdrawal in Adolescence and Early Adulthood: Measurement Issues, Normative Development, and Distinct Trajectories. *Journal of Abnormal Child Psychology*, *47*(5), 865–879.

<https://doi.org/10.1007/s10802-018-0497-4>

Bowlby, J. (1988). *A Secure Base: Parent-Child Attachment and Healthy Human Development*.

Choudhury, S., Blakemore, S.-J., & Charman, T. (2006). Social cognitive development during adolescence. *Social Cognitive and Affective Neuroscience*, *1*(3), 165–174. <https://doi.org/10.1093/scan/nsl024>

Cleveland Clinic. (n.d.). Adolescent development. Retrieved August 6, 2024, from <https://my.clevelandclinic.org/health/articles/7060-adolescent-development>

Closson, L. M., McVarnock, A. M., & Cook, L. E. (2022). Is there an Upside to Social Withdrawal? Considering Well-Being among Socially Withdrawn Emerging Adults. *Applied Research Quality Life*, *17*, 3131–3149.

<https://doi.org/10.1007/s11482-022-10056-w>

Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985). The Satisfaction With Life Scale. *Journal of Personality Assessment*, *49*(1), 71–75.

[https://doi.org/10.1207/s15327752jpa4901\\_13](https://doi.org/10.1207/s15327752jpa4901_13)

Diener, E., Oishi, S., & Tay, L. (2018). Advances in subjective well-being research. *Nature Human Behaviour*, *2*(4), 253–260. [https://doi.org/10.1038/s41562-018-0307-](https://doi.org/10.1038/s41562-018-0307-6)

Dong, B., Li, D., & Baker, G. B. (2022). Hikikomori: A Society-Bound Syndrome of Severe Social Withdrawal. *Psychiatry and Clinical Psychopharmacology*, 32(2), 167–173. <https://doi.org/10.5152/pcp.2022.22429>

Goldbeck, L., Schmitz, T. G., Besier, T., Herschbach, P., & Henrich, G. (2007). Life satisfaction decreases during adolescence. *Quality of Life Research: An International Journal of Quality of Life Aspects of Treatment, Care and Rehabilitation*, 16(6), 969–979. <https://doi.org/10.1007/s11136-007-9205-5>

Gorrese, A., & Ruggieri, R. (2012). Peer attachment: A meta-analytic review of gender and age differences and associations with parent attachment. *Journal of Youth and Adolescence*, 41(5), 650–672. <https://doi.org/10.1007/s10964-012-9759-6>

Kato, T. A., Kanba, S., & Teo, A. R. (2020). Defining pathological social withdrawal: proposed diagnostic criteria for hikikomori. *World Psychiatry: Official Journal of the World Psychiatric Association (WPA)*, 19(1), 116–117. <https://doi.org/10.1002/wps.20705>

Krieg, A., & Dickie, J. R. (2013). Attachment and hikikomori: a psychosocial developmental model. *The International Journal of Social Psychiatry*, 59(1), 61–72. <https://doi.org/10.1177/0020764011423182>

Lang, D., Cone, N., Lally, M., Valentine-French, S., & Carter, S. (2022). *Individual and Family Development, Health, and Well-being*. Iowa State University Digital Press. <https://iastate.pressbooks.pub/individualfamilydevelopment/>

Laible, D. J., Carlo, G., & Raffaelli, M. (2000). The differential relations of parent and peer attachment to adolescent adjustment. *Journal of Youth and Adolescence*, 29(1), 45–59. <https://doi.org/10.1023/A:1005169004882>

Lin, C. C. (2020). Attachment and life satisfaction in young adults: The mediating effect of gratitude. *Current Psychology*, 39, 1513–1520. <https://doi.org/10.1007/s12144-019-00445-0>

Lunardon, G. (2021). *Il fenomeno degli Hikikomori in Italia: Adolescenti che abbandonano la scuola e si ritirano dalla società*. Tesi di laurea triennale, Università degli Studi di Padova. <https://hdl.handle.net/20.500.12608/38601>

Ma, C. Q., & Huebner, E. S. (2008). Attachment relationships and adolescents' life satisfaction: Some relationships matter more to girls than boys. *Psychology in the Schools*, 45(2), 177–190. <https://doi.org/10.1002/pits.20288>

Mónaco, E., Schoeps, K., & Montoya-Castilla, I. (2019). Attachment Styles and Well-Being in Adolescents: How Does Emotional Development Affect This Relationship? *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 16(14), 2554. <https://doi.org/10.3390/ijerph16142554>

Moretti, M. M., & Peled, M. (2004). Adolescent-parent attachment: Bonds that support healthy development. *Paediatrics & Child Health*, 9(8), 551–555. <https://doi.org/10.1093/pch/9.8.551>

Sawyer, S. M., Afifi, R. A., Bearinger, L. H., Blakemore, S. J., Dick, B., Ezeh, A. C., & Patton, G. C. (2012). Adolescence: a foundation for future health. *Lancet (London, England)*, 379(9826), 1630–1640. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(12\)60072-5](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(12)60072-5)

Sette, S., Pecora, G., Laghi, F., & Coplan, R. J. (2023). Motivations for Social Withdrawal, Mental Health, and Well-Being in Emerging Adulthood: A Person-Oriented Approach. *Behavioral Sciences (Basel, Switzerland)*, 13(12), 977. <https://doi.org/10.3390/bs13120977>

Steinberg, L. (2014). *Age of opportunity: Lessons from the new science of adolescence*. Houghton Mifflin Harcourt.

Teo, A. R., Chen, J. I., Kubo, H., Katsuki, R., Sato-Kasai, M., Shimokawa, N., Hayakawa, K., Umene-Nakano, W., Aikens, J. E., Kanba, S., & Kato, T. A. (2018). Development and validation of the 25-item Hikikomori Questionnaire (HQ-25). *Psychiatry and Clinical Neurosciences*, 72(10), 780–788. <https://doi.org/10.1111/pcn.12691>

World Health Organization (WHO). (2021). Adolescent health. Retrieved from <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-health>

World Health Organization (WHO). (2022). COVID-19 pandemic triggers 25% increase in prevalence of anxiety and depression worldwide. Retrieved from <https://www.who.int/news/item/02-03-2022-covid-19-pandemic-triggers-25-increase-in-prevalence-of-anxiety-and-depression-worldwide>