

“ADOLESCENTI...IN QUARANTENA!”

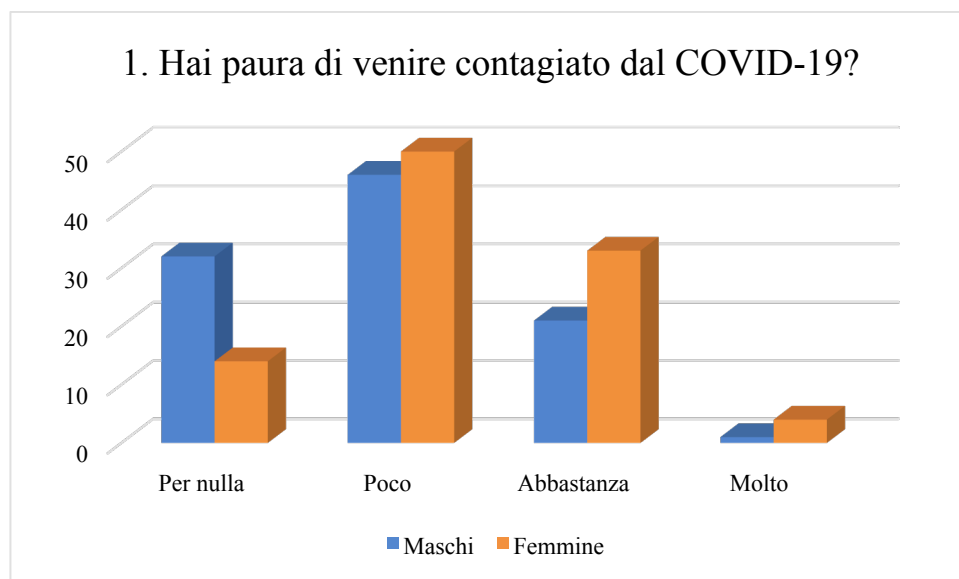
Report questionario

Il questionario “ADOLESCENTI...IN QUARANTENA!” è stato somministrato a cavallo tra la Fase 1 e la Fase 2 (dal 27/04/2020 al 17/05/2020) durante il periodo di quarantena a causa dell'emergenza COVID-19. Il questionario era indirizzato ad adolescenti di età compresa tra i 15 e 19 anni allo scopo di indagare il loro livello di benessere durante il periodo di quarantena e distanziamento sociale, valutando come il livello di benessere sia cambiato rispetto alla “normale” vita di prima del covid. La somministrazione è avvenuta via link attraverso WhatsApp, Facebook ed e-mail. Per poter procedere alla compilazione del questionario, il consenso informato doveva essere approvato da un genitore o tutore se l'adolescente era minorenni, mentre l'approvazione poteva essere data autonomamente qualora l'adolescente fosse già maggiorenne. Il questionario è stato completato da un totale di 489 adolescenti con un'età media di 17.09 anni (SD = 1.424); il campione è risultato prevalentemente composto da femmine (66.1%) e studenti (87.5%): solo l'8.8% erano studenti-lavoratori ed il 3.7% lavoratori. I partecipanti al questionario provengono da tutte le regioni d'Italia, sebbene emerge una prevalenza delle regioni del Nord-Est (50.1%).

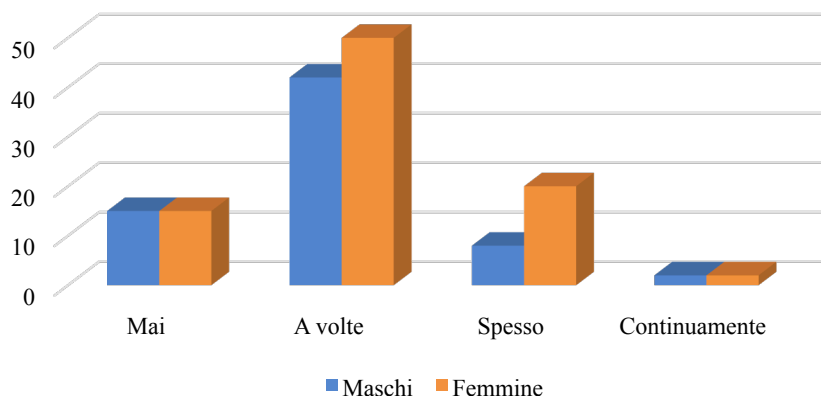
Rispetto alla situazione familiare, la maggior parte (60%) degli adolescenti fa parte di famiglie composte da almeno 4 persone, tipicamente i genitori e due figli, mentre una minoranza (8.8%) vive in casa-famiglia o comunità.

Verranno qui di seguito indicati gli aspetti più salienti emersi dalle risposte al questionario. Da qui in poi i dati saranno riportati aggregati qualora gli andamenti tra maschi e femmine non differiscano significativamente, e separati quando invece emergano differenze rilevanti nei vissuti e nei comportamenti, illustrati tramite dei grafici.

Il questionario ha inizialmente indagato i livelli di paura rispetto al COVID-19 e possibili contagi. Si può notare dal primo grafico (1) come le ragazze mostrino un maggiore timore, e una tendenza a ricercare maggiori informazioni a riguardo, come evidenziato dal secondo grafico (2).



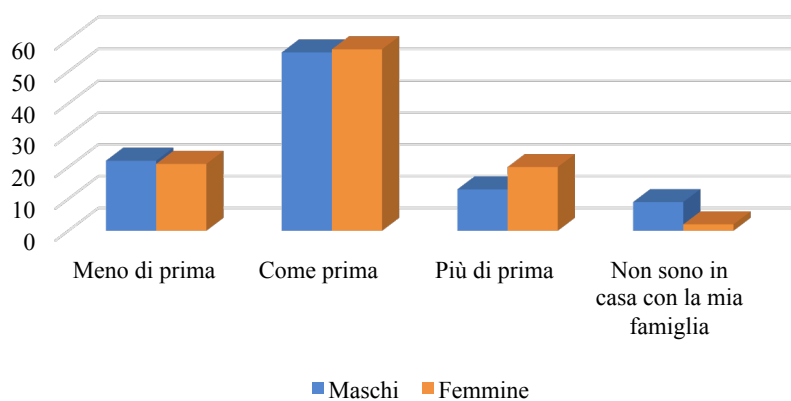
2. Con che frequenza cerchi informazioni riguardo contagio durante il giorno



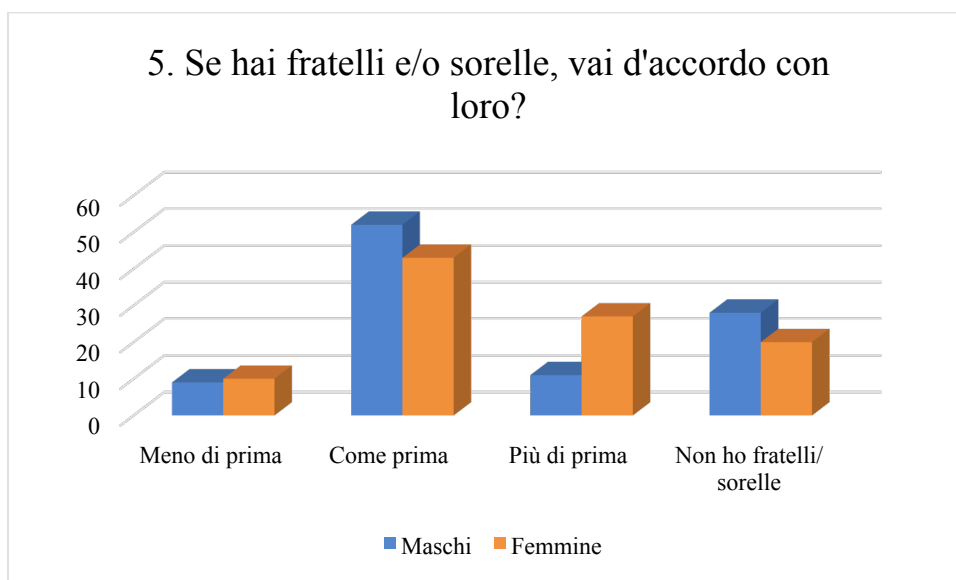
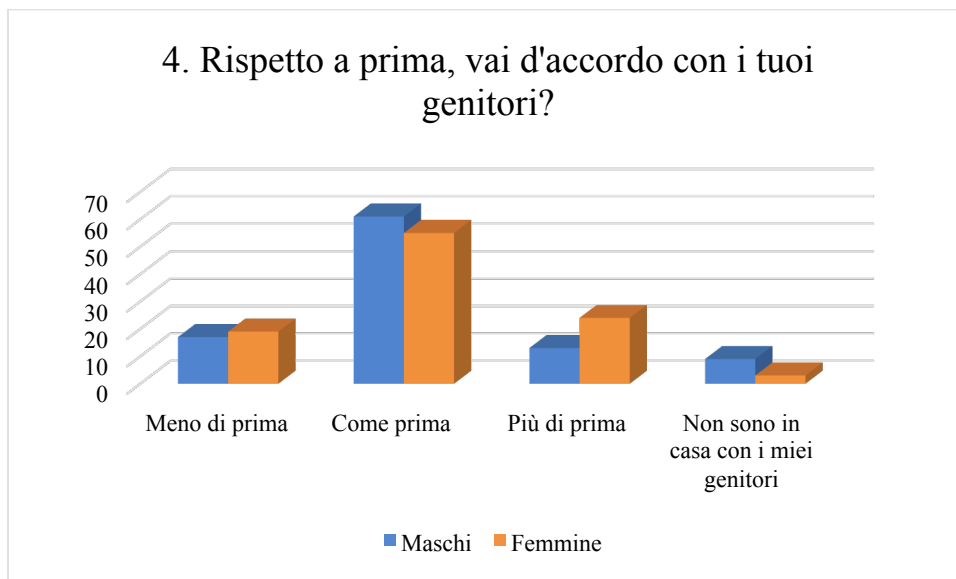
Sempre rispetto al contagio COVID-19, nonostante il 63% degli adolescenti conosca persone contagiate, per lo più conoscenti (50.3%), la maggioranza non ha fortunatamente perso nessuno (85%) a causa del virus, e solo una parte ridotta ha perso familiari (4.5%) e/o amici (1.2%).

Rispetto alle differenze tra prima del COVID-19 ed il periodo di quarantena per quanto riguarda la vita in famiglia, si può osservare come in generale gli adolescenti sentano lo stesso piacere provato prima nello stare in famiglia. E in particolare le ragazze sembrano provare più piacere di prima rispetto ai ragazzi (3).

3. Rispetto a prima, ti piace stare a casa con la tua famiglia?

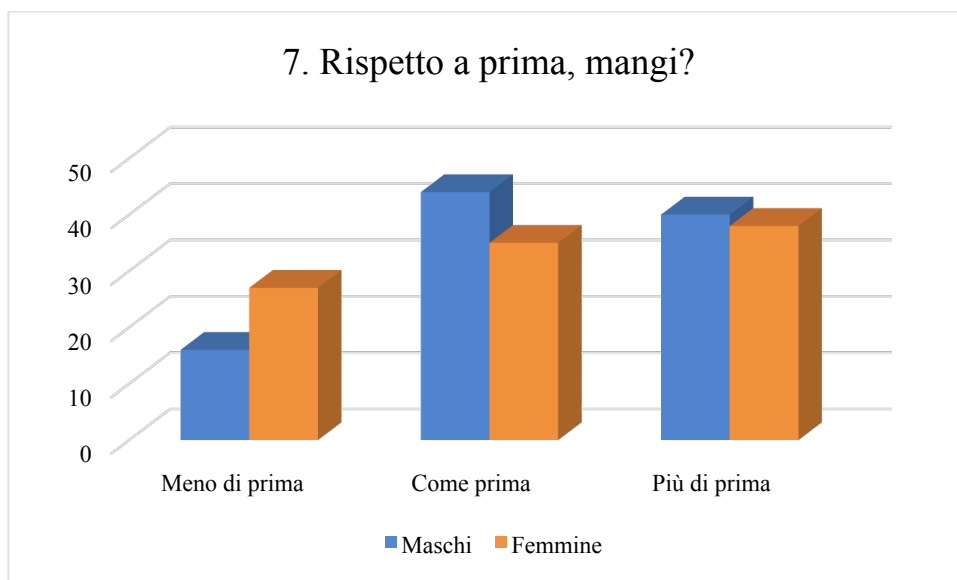
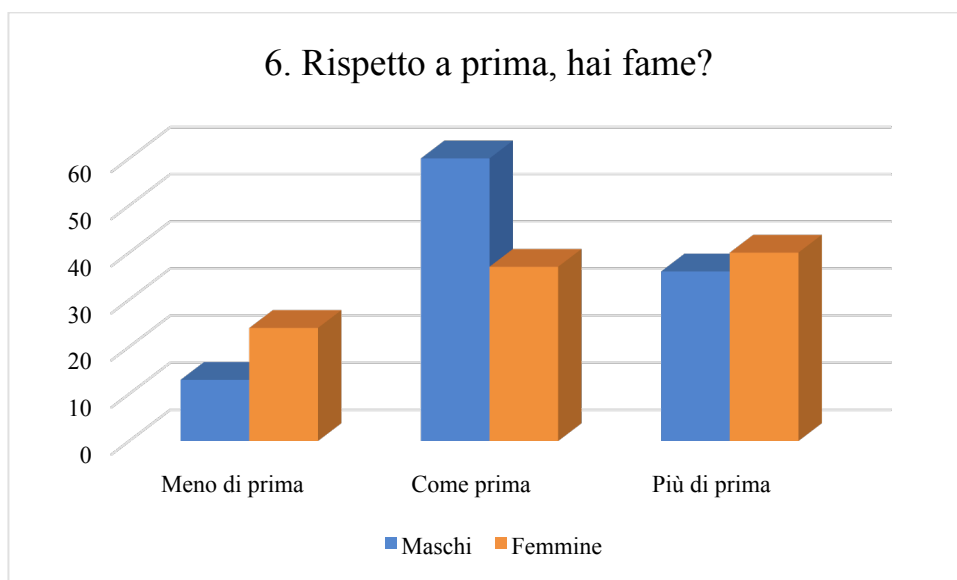


Si può inoltre notare come le ragazze sembrano anche andare più d'accordo con i genitori (4) e i fratelli rispetto a prima (5).

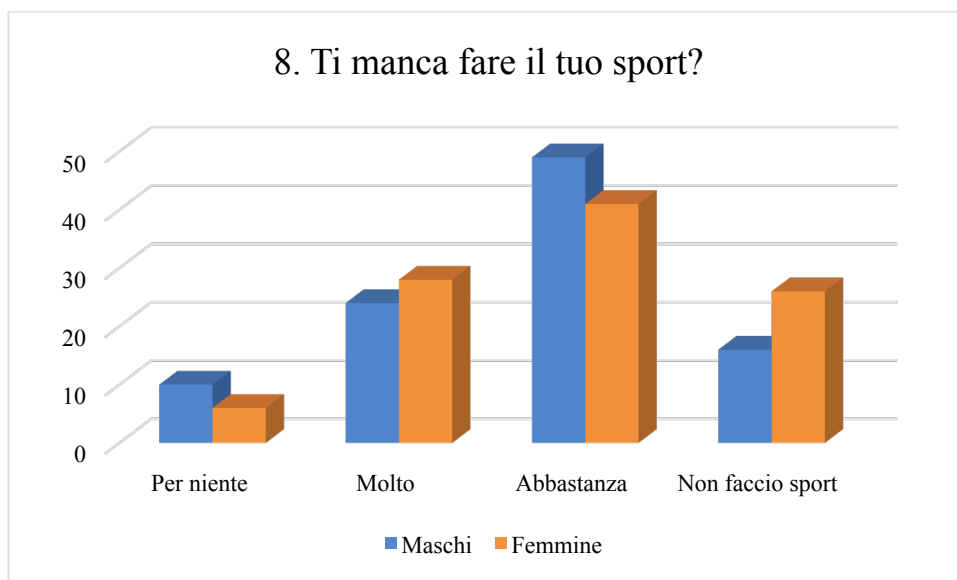


La maggior parte degli adolescenti sembrerebbe essere in minor contatto anche via tecnologia con altri familiari (54.4%) ed amici (35.8%). Alla domanda “*chi ti manca di più?*”, il 75.87% degli adolescenti ha risposto di sentire maggiormente la mancanza degli amici ed il 31.9% dei/delle loro fidanzati/e. Inoltre, alcuni riportano di sentire anche la mancanza di nonni (9.41%) e cugini (4.29%). Queste percentuali sono coerenti con il periodo dell’adolescenza, dove gli amici acquistano una grande importanza mentre cercano di distaccarsi un po’ dalla famiglia così da acquisire una maggiore autonomia.

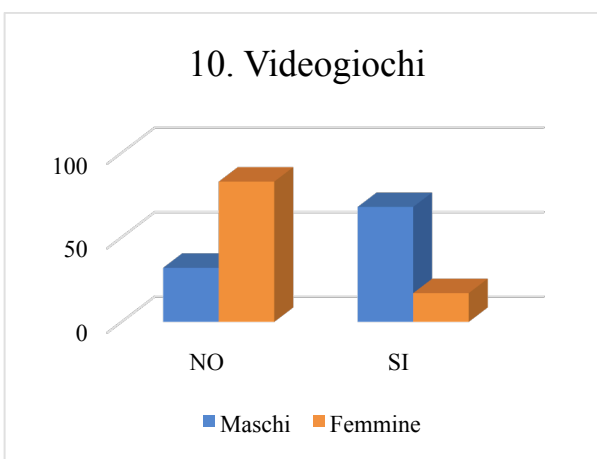
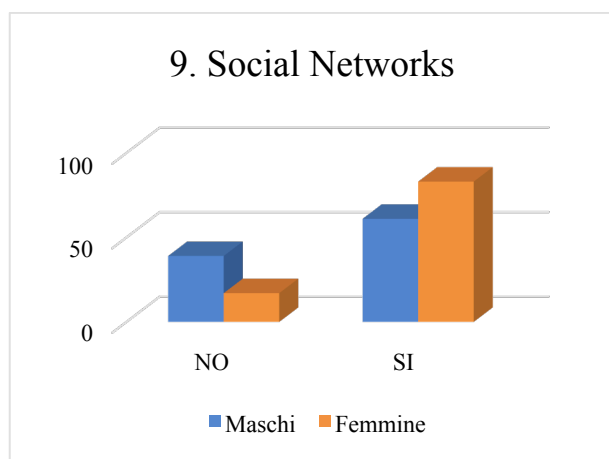
Rispetto all'area inerente il corpo (sonno, fame, attività fisica, attività sportiva e masturbazione), per quanto riguarda gli aspetti del sonno e dell'alimentazione, il gruppo di adolescenti sembra diviso in 3 fasce. Nello specifico, la percentuale maggiore degli adolescenti ha risposto che dorme, ha fame e mangia più di prima. Per quanto riguarda l'alimentazione in generale i ragazzi, rispetto alle ragazze, sembrano sentire meno differenze nei livelli di fame rispetto a prima del lockdown ed infatti riportano di mangiare lo stesso quantitativo di cibo di prima. Le ragazze, invece, sembrano riportare una maggiore riduzione sia di fame (6) che di cibo assunto (7).



Per quanto riguarda lo sport e l'esercizio fisico, prima della quarantena la maggior parte degli adolescenti praticava attività sportiva (71.2%) di cui il 51.3% sport individuali (es., Danza, corsa, palestra, ecc.) e il 17.6% sport di squadra (es. calcio, pallavolo, ecc.). In linea con questo, nella situazione di lockdown, si riscontra come gli adolescenti sentano la mancanza del loro sport ed, in particolare, è emerso come i ragazzi sentano maggiormente la mancanza dello sfogo dello sport rispetto alle ragazze (8), mentre percentuali più alte di ragazze non praticavano né praticano sport.



Per quanto riguarda il modo in cui questi adolescenti trascorrono il loro tempo, in linea con la situazione di quarantena, la maggioranza degli adolescenti (57.1%) riporta di passare più tempo dedicandosi ai propri hobby. Tra gli hobby più frequenti prima del lockdown, gli adolescenti hanno riportato in particolare la lettura e l'ascolto di musica, a cui sono spesso associate altre attività come il canto, il disegno, la scrittura, i videogiochi, il praticare una qualche attività sportiva, cucinare, make-up ecc. Per quanto riguarda le attività svolte durante il periodo di lockdown, il 64% degli adolescenti passa il tempo navigando in Internet. Inoltre, le ragazze fanno maggior uso dei Social Network (9), mentre i ragazzi dei videogiochi (10).

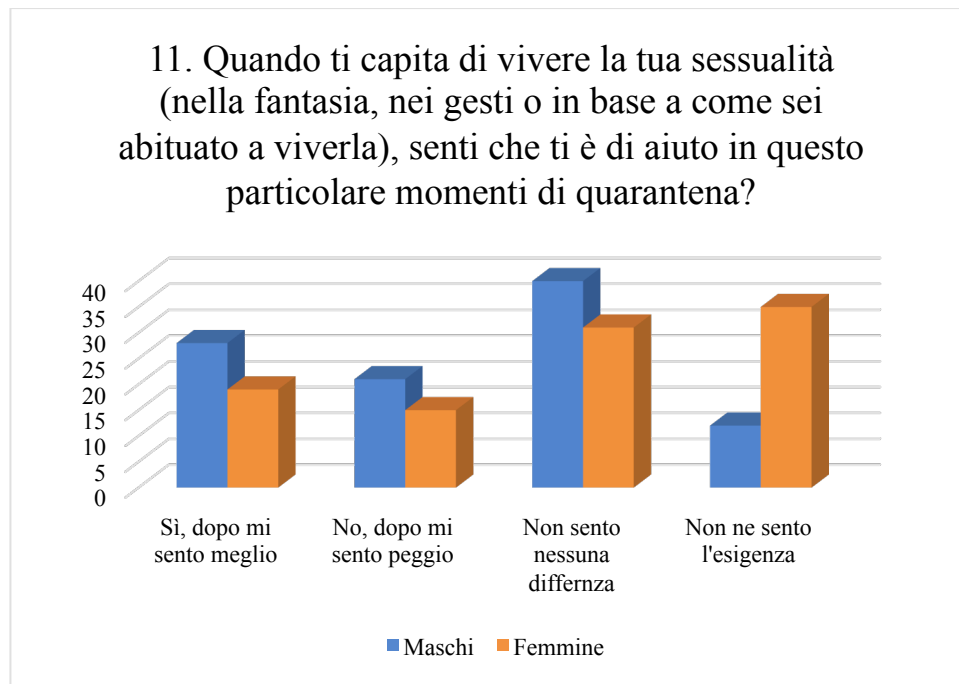


Rispetto ad altre attività svolte nel tempo libero emerge come i ragazzi trascorrono più tempo delle ragazze dedicandosi alla loro sessualità. Nello specifico, i ragazzi guardano più contenuti pornografici (Maschi:40%;

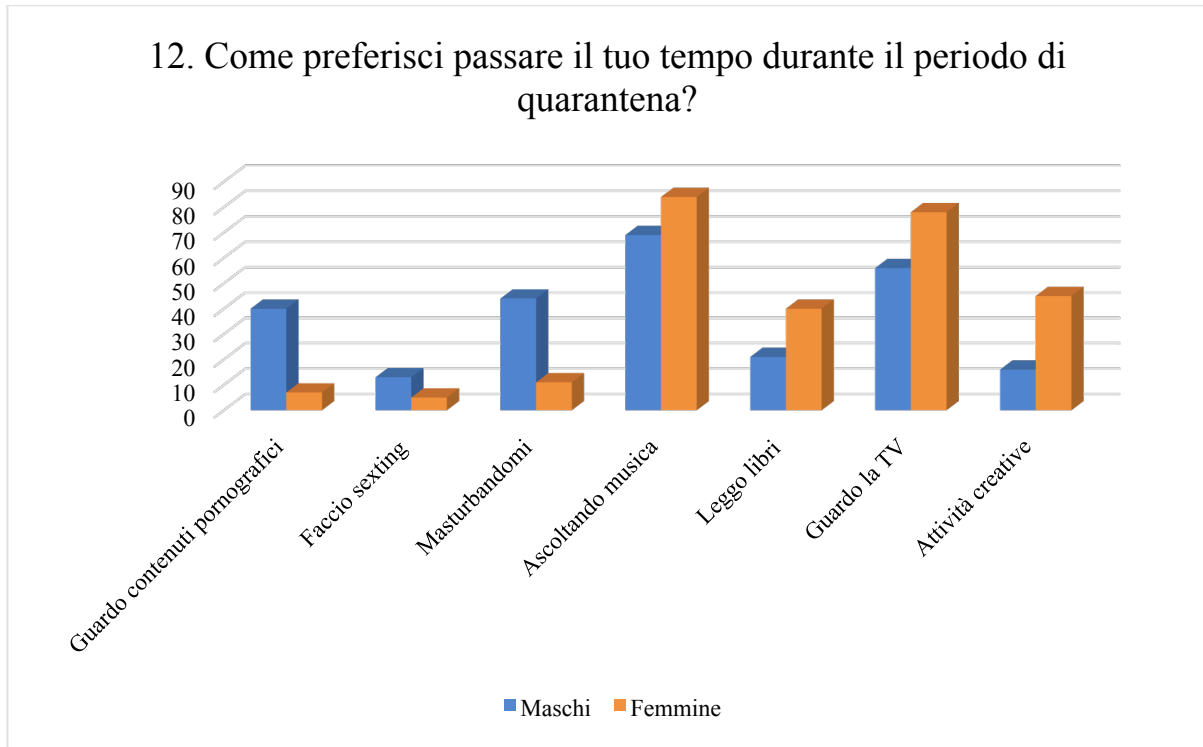
Femmine: 7%), si masturbano di più (Maschi:44%; Femmine: 11%) e fanno più sexting (Maschi:13%; Femmine:5%) rispetto alle ragazze.

Per quanto riguarda gli aspetti legati alla sessualità in modo più mirato, differenze di genere emergono per cui i ragazzi (41%) più che le ragazze (12%) si masturbano più di prima, mentre di più sono le ragazze (51%) che non praticano masturbazione rispetto ai ragazzi (12%). In aggiunta, le ragazze (37%) più dei ragazzi (23%) vivono la loro sessualità nella fantasia. Inoltre, ci sono più ragazze che ragazzi che vivono la sessualità attraverso l'ascolto di musica romantica e la visione di film (Femmine:29%; Maschi:6%), che riportano di non sentirne l'esigenza (Femmine:28% ; Maschi: 16%) o che la vivono cercando la vicinanza e l'affetto delle persone care con cui vivono o di amici (Femmine: 16%; Maschi: 5%), mentre i ragazzi (18%), rispetto alle ragazze (5%) risultano più propensi allo scambio di immagini sessuali o a parlare della sessualità con amici o conoscenti..

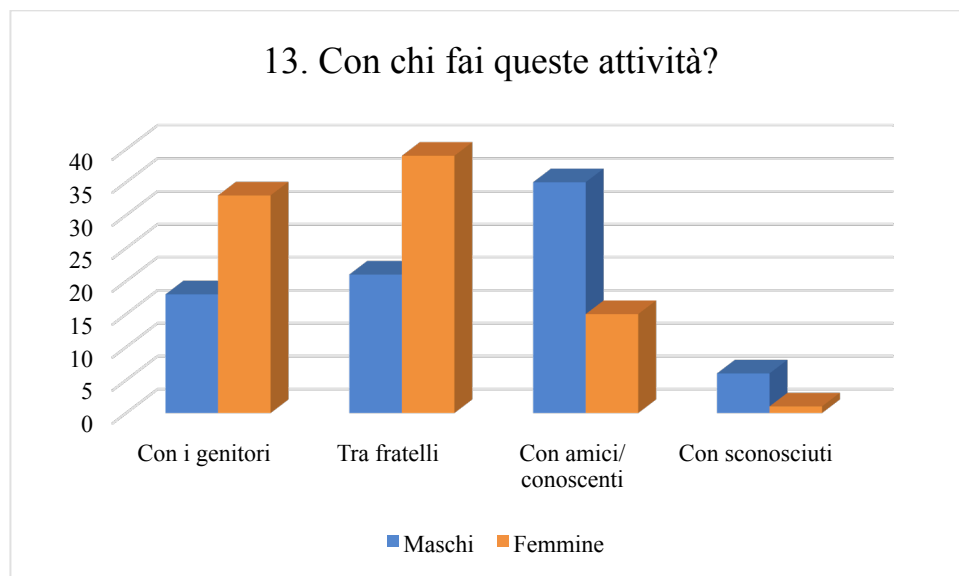
Alla domanda (11), *“Quando ti capita di vivere la tua sessualità (nella fantasia, nei gesti o in base a come sei abituato a viverla), senti che ti è di aiuto in questo particolare momenti di quarantena?”*, i ragazzi sembrano sentirsi sia meglio che peggio dopo aver vissuto a loro modo la loro sessualità, riportando percentuali più alte rispetto alle ragazze, mentre più ragazze hanno riportato di non sentirne l'esigenza.



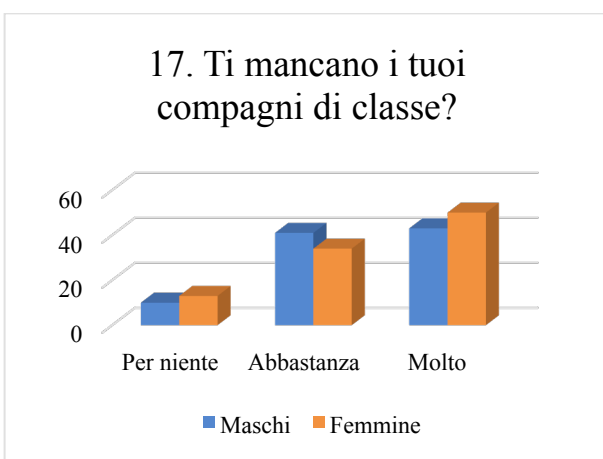
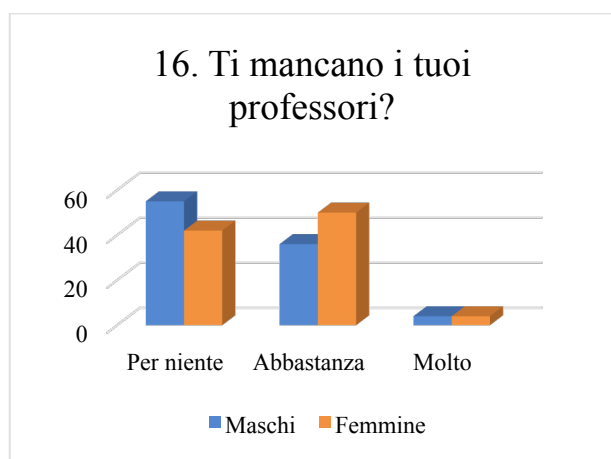
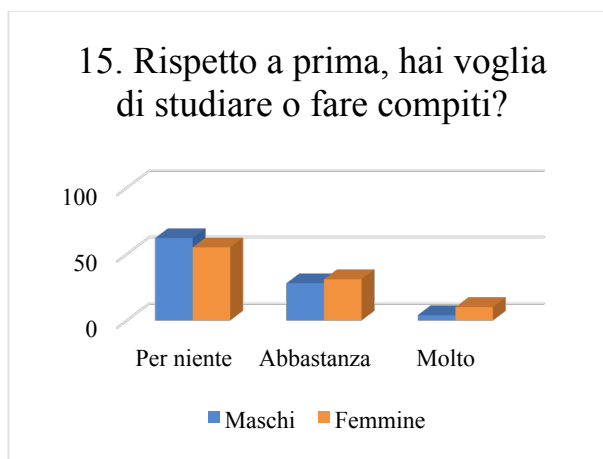
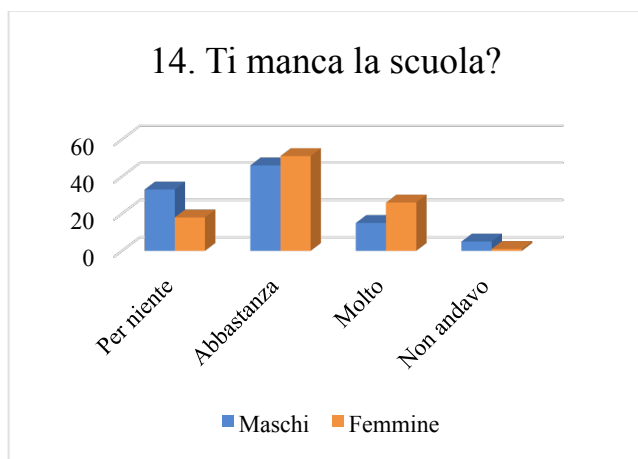
Per quanto riguarda altre tipologie di attività (12), le femmine si dedicano ad ascoltare più musica dei maschi, sono più impegnate nella lettura di libri, nel guardare la TV e nel praticare attività creative.



Inoltre, sebbene queste attività vengono praticate per lo più in solitudine (89%), per le attività praticate in compagnia più ragazze che ragazzi trascorrono il proprio tempo libero con genitori e fratelli (13). Invece, i ragazzi sono più impegnati nel praticare queste attività con amici/conoscenti e sconosciuti rispetto alle ragazze: questo dato potrebbe essere spiegato dal maggiore utilizzo di videogiochi da parte dei ragazzi, i quali giocano spesso online con altre persone in tutto il mondo.



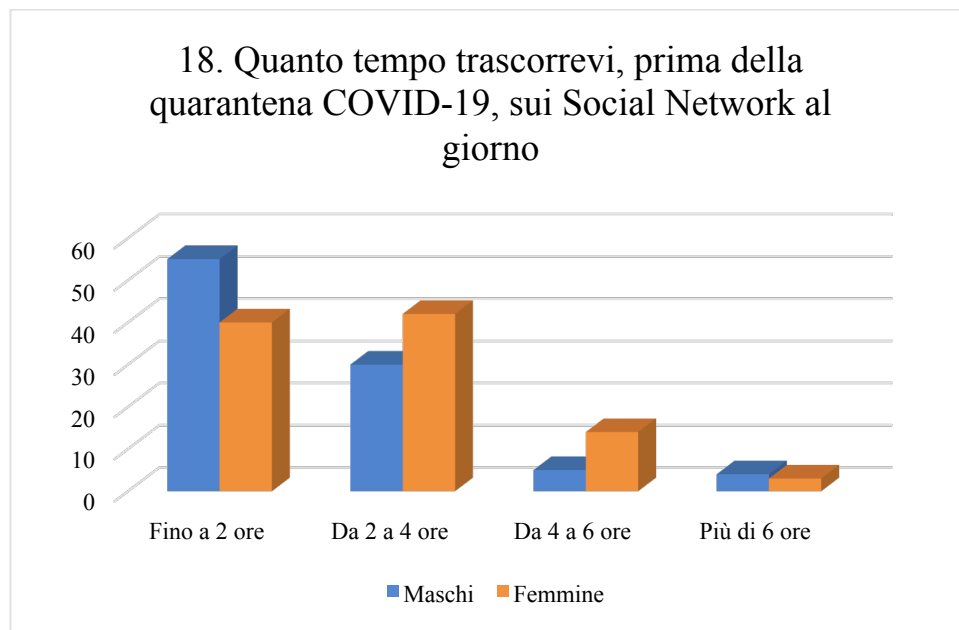
Per quanto riguarda la scuola, le ragazze sembrano sentirne maggiormente la mancanza, e così anche dei professori e compagni (14, 16 e 17). Inoltre, sempre le ragazze, sembrano avere maggiore voglia di studiare e fare i compiti durante questo periodo rispetto ai ragazzi, sebbene in generale la maggioranza degli adolescenti (57.2%) riesca meno di prima a fare i compiti (15). Queste informazioni sono in linea sia con il periodo di quarantena e anche, in generale, con il periodo adolescenziale.



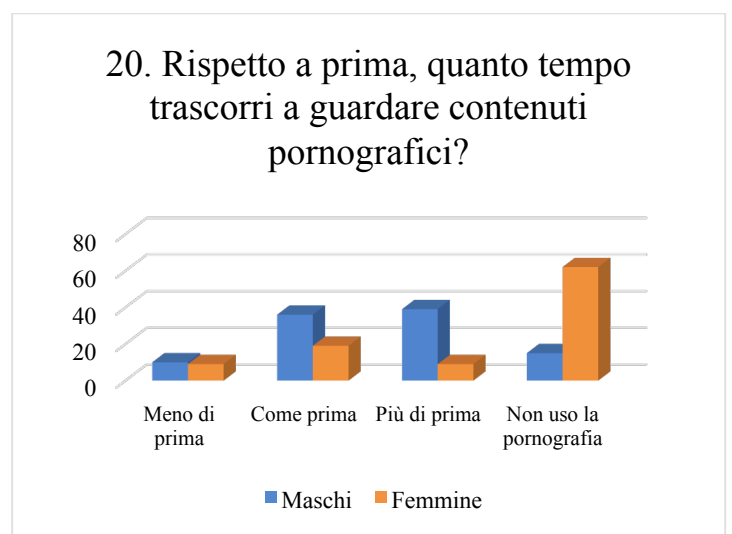
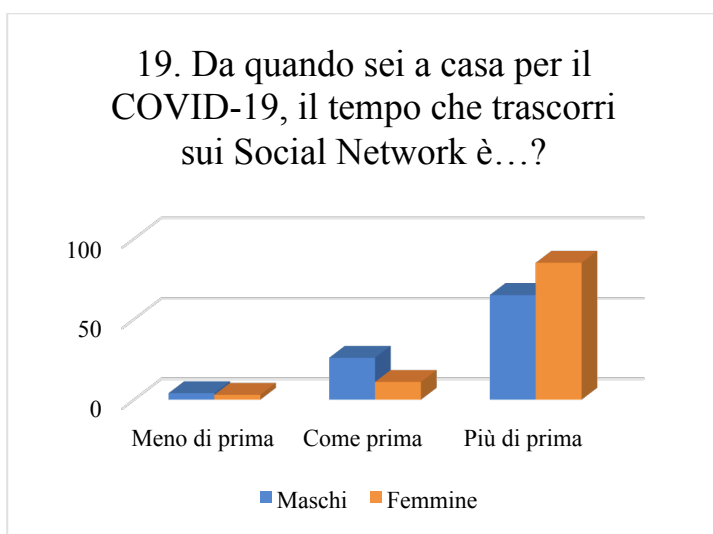
Per quanto riguarda gli adolescenti lavoratori, di questi la percentuale maggiore (31.6%) riporta di sentire abbastanza la mancanza del proprio lavoro mentre il 19.3% riporta di sentirne molto la mancanza. Inoltre, la maggior parte non lavora in smart-working (75.8%; N = 25). Tra coloro che continuano a lavorare in smart-working, la maggioranza (67.6%) riporta di riuscire a lavorare meno con questa nuova modalità, mentre il 29.4% non sembra sentire differenze. Percentuali paragonabili di adolescenti non sente per niente (47.15%) o sente molto (41.2%) la mancanza del proprio datore di lavoro. Rispetto ai colleghi, invece, la maggior parte (52.9%) ne sente abbastanza la mancanza, ed il 26.5% riporta di sentirne molto la mancanza. Infine, diversamente dagli studenti, la maggior parte indica di avere più voglia di prima di lavorare (53.3%) ed il 37.8% riporta di avere la stessa voglia di lavorare di prima e solo l'8.9% meno di prima.

Il questionario ha poi indagato il rapporto con le tecnologie. Quasi tutti gli adolescenti possiedono uno smartphone (98.6%) e durante il periodo di quarantena il 93% degli adolescenti ha riportato di usarlo, insieme a computer e TV, più di prima.

Per quanto riguarda l'uso dei Social Network prima del COVID-19, il 96.5% degli adolescenti usava i Social Network ed in particolar modo Instagram (93.3%). Inoltre, già prima della quarantena, le ragazze (50%) sembrano usare TickTock più dei ragazzi (26%). Questa differenza si riscontra anche rispetto al tempo trascorso sui Social Network, per cui già prima dell'emergenza COVID-19 emerge un uso più prolungato da parte delle ragazze (18).



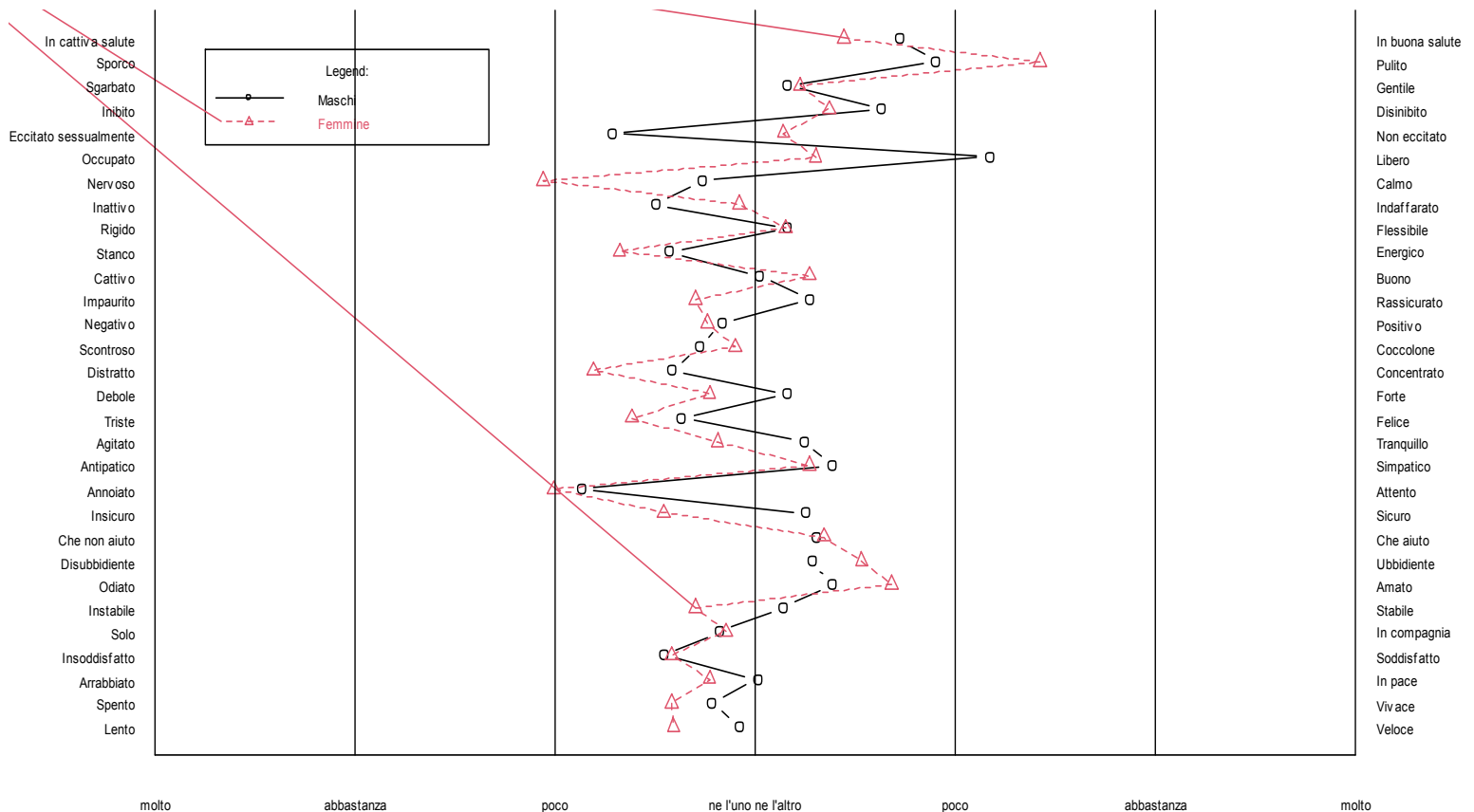
Durante il periodo di lockdown, i dati emersi da questo questionario supportano le differenze tra maschi e femmine nell'uso dei Social Network (19), per cui si continua a notare un maggior uso da parte delle ragazze. Invece, i ragazzi sembrerebbero guardare di più contenuti pornografici (20), mentre più ragazze riportano di non guardare pornografia.



Per quanto riguarda la tecnologia usata allo scopo di stare in contatto con amici e parenti, sebbene questi adolescenti riportino di essere meno in contatto di prima con i loro amici e familiari, il 73% riporta di avere telefonate e videochiamate più frequenti con loro. È probabile che sebbene siano concretamente meno in contatto con amici e parenti rispetto al pre-lockdown, sia però aumentato il contatto per mezzo delle tecnologie dovuta alla situazione di quarantena.

Un' ulteriore aspetto indagato è quello delle emozioni (21). La domanda era: *“Adesso ti mostriamo degli aggettivi opposti, e tu devi mettere una crocetta tra i due, vicino a quello che ti assomiglia di più. Come l'esempio qui sotto: come ti senti? Triste o felice? Scegli quanto ti senti triste o felice riferendoti a questa scala”*. Di seguito sono riportati gli andamenti delle emozioni divise per maschi e femmine.

21. Grafico Differenziale semantico sulle emozioni provate



Le emozioni e sensazioni opposte riportate nel grafico sono state poi raggruppate in 4 fattori:

Attività: Inattivo/indaffarato; Spento/Vivace; Occupato/Libero; Distratto/Concentrato; Annoiato/Attento; Che non aiuto/Che aiuto; Disubbidiente/Ubbidiente; Solo/In compagnia; Insicuro/Sicuro; Lento/Veloce; Debole/Forte; Stanco/Energico; Eccitato sessualmente/Non eccitato.

Emozioni: Negativo/Positivo; Triste/Felice; Agitato/Tranquillo; Scontroso/Coccolone; Nervoso/Calmo; Arrabbiato/In pace.

Soddisfazione: Cattivo/Buono; Sporco/Pulito; Sgarbato/Gentile; Insoddisfatto/Soddisfatto; Imapurito/Rassicurato.

Personalità: Inibito/Disinibito; In cattiva salute/In buona salute; Antipatico/Simpatico; Odiato/Amato; Rigido/Flessibile.

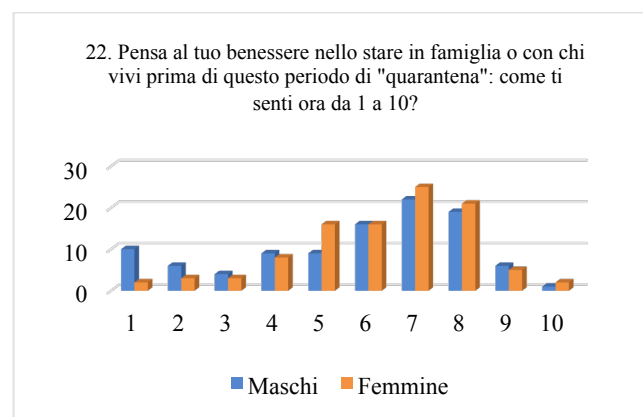
In generale si può notare come gli adolescenti che hanno partecipato al questionario riportino uno stato emotivo "neutro", interpretabile come *nessuna particolare percezione di cambiamento rispetto a prima*, sebbene per le ragazze questo sembri assumere una sfumatura leggermente più negativa rispetto ai ragazzi. Queste emozioni sono state poi analizzate una volta raggruppate all'interno dei fattori confermando che, rispetto ai fattori *attività* ed *emozioni*, le ragazze sembrano sentirsi un po' più tristi, nervose e allo stesso tempo spente, annoiate, stanche rispetto ai ragazzi. L'opposto, invece, emerge rispetto al fattore *soddisfazione*, in cui le ragazze sembrerebbero riportare uno stato più positivo dei ragazzi, quindi più buone, pulite, rassicurate. Non ci sono, invece, differenze rispetto agli aggettivi riguardanti il fattore *personalità*, come a dire che l'aspetto identitario non ha sentito modificazioni.

Queste emozioni, racchiuse nei fattori menzionati sopra, sono state analizzate -tramite correlazione- rispetto ai livelli di benessere percepito dagli adolescenti in relazione a tutte le aree indagate dal questionario (il corpo, la vita in famiglia, le relazioni importanti, la sessualità, il tempo libero, la scuola, il lavoro, la tecnologia, e le emozioni). Quando gli adolescenti percepiscono un maggiore benessere nelle aree sopraelencate, anche le loro emozioni diventano più positive e vice-versa. Si può inoltre notare come le aree del benessere siano anche associate tra loro in senso positivo, quindi quando aumenta il benessere in un ambito tendenzialmente aumenta anche negli altri.

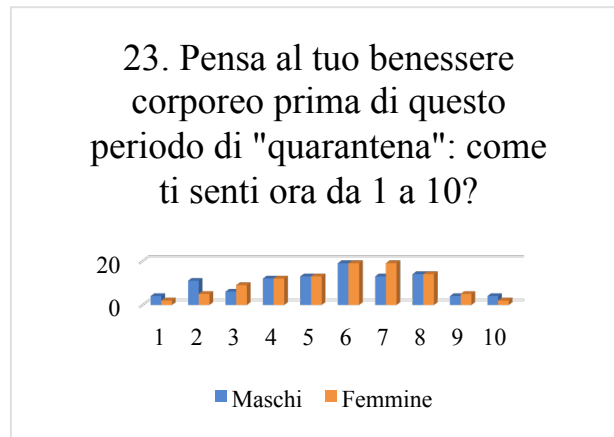
Benessere complessivo

I livelli di benessere percepito durante la quarantena sono stati misurati su una scala che va da 1 a 10 per ogni area indagata. In generale, si riscontra come questi adolescenti riportino ridotti livelli di benessere percepito in tutte le aree considerate rispetto a prima della quarantena, non superando un punteggio medio di 6 circa. Inoltre, come riportato sotto, in alcune aree emergono differenze tra i maschi e le femmine.

Una prima differenza (22) è emersa rispetto al benessere legato alla vita in famiglia durante la quarantena, in cui le ragazze (Media = 6.29; SD = 1.837) sembrano riportare un livello di benessere maggiore rispetto ai ragazzi (Media = 5.73; SD = 2.405). Questo è in linea con quanto evidenziato sopra, in cui le ragazze provano in generale più piacere nello stare in famiglia.

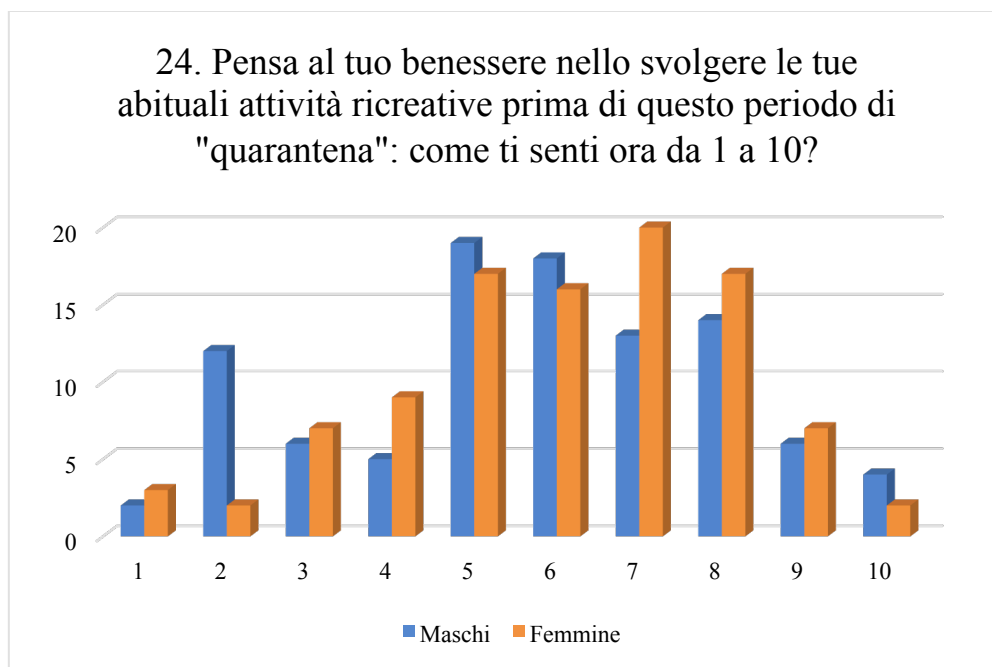


Risultati simili emergono anche rispetto al benessere corporeo (23) durante il periodo di lockdown, in cui nuovamente le ragazze (Media = 5.75; SD = 2.053) riportano livelli di benessere maggiori rispetto ai ragazzi (Media = 5.5; SD = 2.344).



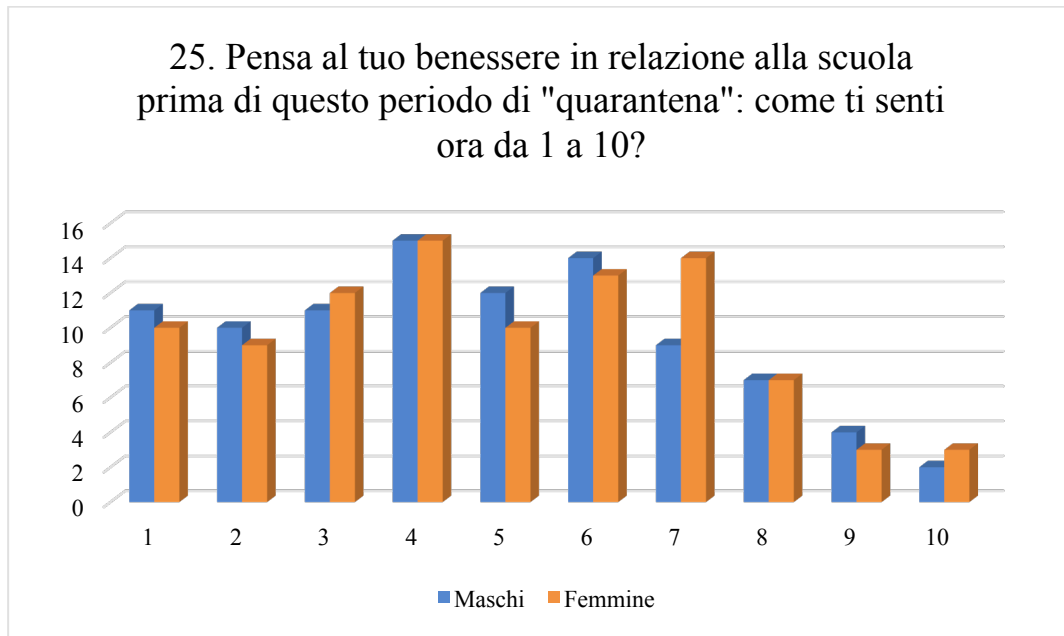
Non emergono invece differenze per quanto riguarda il benessere percepito legato alle relazioni importanti, dove gli adolescenti in generale riportano un livello di benessere medio di 4.71 (SD = 2.286). Questo punteggio basso è coerente con la situazione di quarantena.

Per quanto riguarda l'area del tempo libero (24), invece, le ragazze (Media = 6.03; SD = 2.028) sembrano riportare livelli di benessere maggiori rispetto a quelli dei ragazzi (Media = 5.66; SD = 2.383).



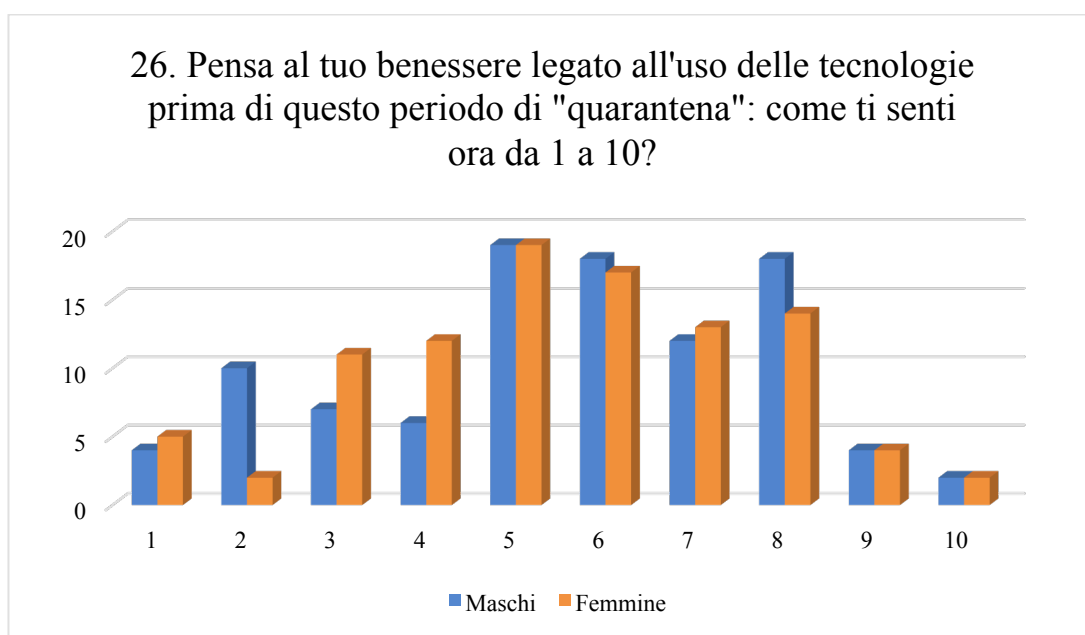
Nonostante ciò invece, non ci sono differenze per quanto riguarda il benessere percepito nell'area della sessualità. Anche in questo caso, durante il periodo di quarantena il livello di benessere è essere basso, con un punteggio medio di 4.69 (SD = 2.239).

In linea con le percentuali riportate sopra, per quanto riguarda la scuola (25) emergono differenze tra maschi e femmine, in cui anche qui le ragazze (Media = 4.86; SD = 2.175) percepiscono un livello di benessere maggiore durante la quarantena rispetto ai ragazzi (Media = 4.67; SD = 2.423). Questa informazione è coerente con le percentuali sopra, infatti, sebbene le ragazze sentano maggiormente la mancanza della scuola e compagni, riportano anche una maggiore voglia di studiare e fare compiti.

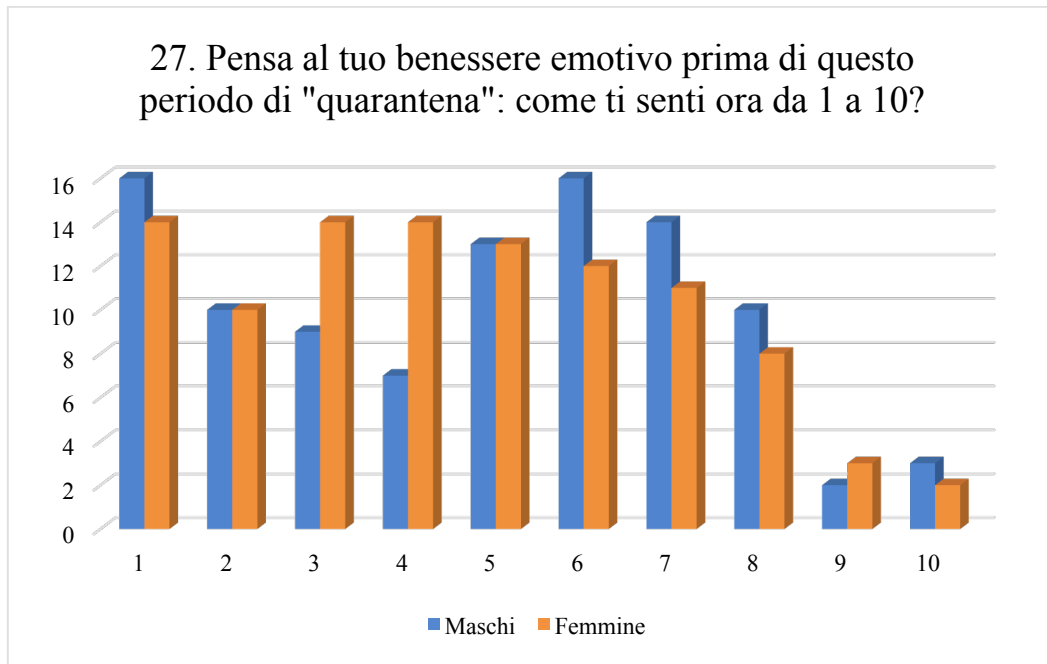


Diversamente dal benessere scolastico, non ci sono differenze tra maschi e femmine per quanto riguarda il livello di benessere percepito legato al lavoro. Della piccola percentuale di lavoratori presenti tra gli adolescenti che hanno compilato il questionario, emerge anche qui un basso livello di benessere, con un punteggio medio di 4.91 (SD = 2.6530).

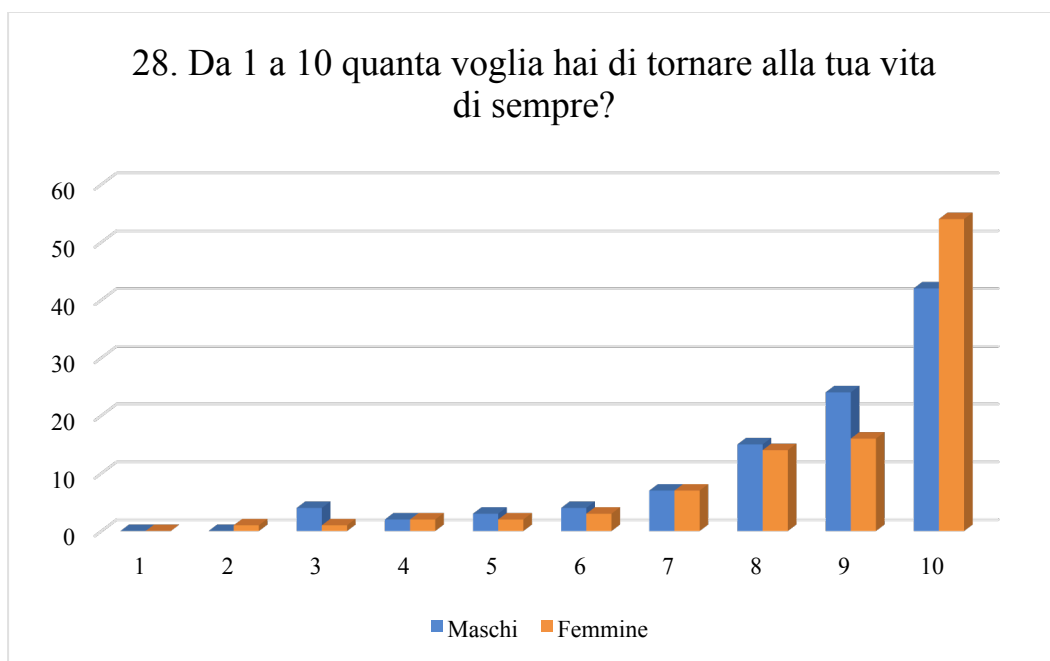
I livelli di benessere percepito rispetto all'uso della tecnologia (26) durante il lockdown differiscono tra maschi e femmine. Nello specifico, diversamente dalle altre aree, le ragazze (Media = 5.5; SD = 2.096) riportano livelli di benessere inferiori rispetto ai ragazzi (Media = 5.6; SD = 2.238), sebbene questa differenza non sia così marcata.



Così come mostrato precedentemente nel grafico delle emozioni di ragazzi e ragazze (27), si conferma che anche nell'ambito più generale del benessere emotivo, le ragazze (Media = 4.53; SD = 2.399) riportano livelli più bassi rispetto ai ragazzi (Media = 4.77; SD = 2.551), mostrando quindi un assetto emotivo leggermente più negativo.



Questi punteggi relativi al benessere percepito sono in linea con il forte desiderio di ritornare alla vita di sempre (28), per il quale sebbene emergano anche qui differenze di genere a favore delle ragazze (Femmine: M = 8.85, SD = 1.694; Maschi: M = 8.59, SD = 1.821), questo sembra elevato per entrambi, sia maschi che femmine.



Commento conclusivo

Nell'insieme, gli adolescenti che hanno compilato il questionario appaiono sani e con le tipiche oscillazioni emotive adolescenziali. Le informazioni emerse rispetto agli aspetti psicofisici (sonno, alimentazione, emozioni, sessualità, relazioni e benessere) ed anche aspetti più concreti quali le attività svolte per passare il tempo, o la ridotta possibilità di fare esercizio fisico, sono in linea con il periodo di quarantena. Si riscontra, infatti, un elevato utilizzo di Social Network, con un aumento durante la quarantena, probabilmente per cercare di passare il tempo e per stare in contatto con i propri amici.

Si è inoltre rilevata una spiccata attività sessuale, per quanto solitaria, in particolare nei ragazzi ed in linea con il periodo di sviluppo e importante per la costruzione della propria identità sessuale. Infatti, anche le differenze tra maschi e femmine sono tipiche del periodo adolescenziale dove, nel tentativo di definirsi a livello identitario, gli aspetti di genere tendono un po' a essere estremizzati su un versante o sull'altro, ridimensionandosi durante il passaggio nella fase adulta.

In generale, sembra che l'aspetto psico-fisico non sia stato particolarmente intaccato dalla situazione di emergenza vissuta, gli adolescenti mangiano e dormono come prima, molti riportano anche di praticare sport in casa per cui, nonostante i livelli di benessere siano inferiori rispetto a prima del COVID-19, questi mostrano comunque una certa capacità di adattamento. L'aspetto delle relazioni in generale è molto importante durante l'adolescenza, e le relazioni con i parenti ma soprattutto con amici e fidanzati sono sentite in questo periodo in modo più sofferto a causa della lontananza fisica. È però rassicurante notare che in generale la vita in famiglia non è stata vissuta in maniera negativa, nonostante il tempo passato a stretto contatto. Una buona percentuale di questi adolescenti, soprattutto le ragazze, svolgono le loro attività di tempo libero con genitori e fratelli, che rappresenta un supporto nel concetto di benessere familiare in senso più ampio.

Per quanto riguarda la scuola si è riscontrata una riduzione generale nella voglia di studiare e fare i compiti, riportando però di sentire la mancanza sia della scuola, che di professori e soprattutto compagni. Sebbene gli obblighi relativi alla presenza fisica nella scuola siano ora venuti meno, la gestione della vita scolastica a casa è diventata più complessa, perché priva del contesto scolastico che permette agli adolescenti di modulare la loro attenzione e di sentirsi motivati allo studio. Nonostante ciò, si può ipotizzare che le pressioni scolastiche siano sentite in maniera più forte in quanto la lontananza fisica può comportare negli studenti ed insegnati un senso di incertezza rispetto all'andamento scolastico. In aggiunta, gli studenti si trovano a dover svolgere lezioni distribuite durante tutta la giornata e non più solo nelle "classiche" ore scolastiche, oltre a dover studiare autonomamente materie ed argomenti nuovi compensando con compiti pratici le ore che tradizionalmente vengono trascorse in classe, ascoltando (oppure no) il professore, ma dove sicuramente trovavano nei compagni una valvola di sfogo ora assente o mediata dalla tecnologia.

Rispetto all'uso delle tecnologie, considerato l'elevato utilizzo di Social Network e videogiochi durante il periodo di isolamento, è consigliabile spronare gli adolescenti a trovare attività alternative, che possano indirizzarli verso una maggiore creatività, in aggiunta all'uso delle tecnologie, magari anche insieme ai familiari.

In conclusione, nonostante il campione analizzato abbia mostrato in generale buone capacità di adattamento alla realtà del lockdown, i vissuti e il desiderio di tornare *alla vita precedente* sembrano essere fortemente marcati. La maggior parte dei ragazzi e delle ragazze partecipanti, con fatica e forza hanno tenuto botte all'impatto del lockdown; i professionisti e le famiglie devono tenere a mente che questa non può che essere una fase di passaggio, temporanea e che il sistema sociale e scolastico deve pensare e ripensare alle necessità degli adolescenti e al loro periodo di vita, affinché possano ripristinare una *modus vivendi* adeguato alla loro età e ai bisogni di crescita.