



Social dipendenza. Alto rischio per oltre un milione di giovani

Sono i giovanissimi tra i 18 e i 23 anni i più esposti all'eccessivo e incontrollabile bisogno di accedere ai social media. In Sicilia, Campania e Umbria le "comunità" maggiormente vulnerabili. E, intanto, oltre 8 under 35 su 10 condannano l'hate speech anche se non mancano i giustificazionisti. Il presidente di Demoskopika, Raffaele Rio: «I nostri giovani rivendicano un ascolto attivo per arginare la loro ricompensa sociale attraverso i like e ridurre il social-qualunquismo. La politica esca dal limbo della meditazione avviando una campagna di comunicazione istituzionale e attivando misure di sostegno ai soggetti impegnati in prima linea nella costruzione del benessere giovanile».

Sarebbero oltre 1,1 milioni gli under 35 anni a rischio elevato di dipendenza da social media con i giovanissimi tra i più esposti alle insidie comportamentali della rete che peserebbero per quasi il 40% sul totale. È quanto emerge da una ricerca di Demoskopika che, utilizzando la Bergen Social Media Addiction Scale, ha rilevato alcuni comportamenti preoccupanti: dal bisogno di usare sempre più frequentemente i social media, all'incapacità di smettere di usarli. E, ancora, dai comportamenti ansiosi o agitati per il mancato utilizzo dei social media alla riduzione delle ore dedicate allo studio e al lavoro per il loro eccessivo impiego.

L'analisi dei ricercatori di Demoskopika farebbe emergere una relazione inversamente proporzionale tra l'età dei giovani e l'incidenza del livello di alto rischio di dipendenza da social media. In altri termini, al ridursi dell'età aumentano i possibili fattori comportamentali preoccupanti. In particolare, i giovanissimi, compresi nella fascia di età tra i 18 e i 23 anni, ricadenti nell'area "High Addiction" indicante un alto rischio di livello patologico di dipendenza sarebbero oltre 430 mila, pari al 38% del totale, seguiti dai 390 mila individui di età compresa tra 24 e 29 anni (34,5%) e, infine, dagli under 35 "più adulti" (30-35 anni) che supererebbero di poco i 308 mila soggetti maggiormente esposti.

«I dati rilevati sul campo – commenta il presidente di Demoskopika, Raffaele Rio – confermano una preoccupazione, oltre che nella comunità scientifica, anche tra i diretti interessati, i giovani, sui rischi comportamentali legati all'utilizzo eccessivo e pervasivo dei social. Gli under 35 rivendicano un ascolto attivo anche per arginare la loro ricompensa sociale attraverso i like e ridurre il social-qualunquismo. Esiste nella comunità giovanile – precisa Raffaele Rio – una crescente consapevolezza digitale sulle criticità legate all'uso delle piattaforme sociali e sulla loro contaminazione emotiva condizionante l'umore delle persone. Ad oggi, però, la politica non sembra particolarmente attenta o, nella migliore delle ipotesi, sembra rinchiusa nel limbo della meditazione su quali misure metter in campo per arginare il "lato oscuro della rete". In questa direzione – conclude Raffaele Rio – sarebbe utile avviare una capillare campagna di comunicazione della Presidenza del Consiglio funzionale a rafforzare la cultura digitale, a divulgare una maggiore conoscenza sui pericoli dei social media tra le giovani generazioni oltre che ad attivare misure di sostegno alla rete dei soggetti istituzionali e associativi impegnati in prima linea nella costruzione del benessere giovanile nel nostro Paese».

9 febbraio 2024

I social media battono gli amici: l'85,7% contro il 36,6%. L'analisi dei risultati restituisce un quadro abbastanza chiaro riguardo alla preferenza da parte degli intervistati per le attività mediate, a conferma di quanto si va affermando da qualche tempo, ovvero della legittimazione di una nuova cultura del tempo libero che assegna ai media digitali il ruolo di emblema della gerarchia valoriale dei giovani. E così, la maggior parte dei giovani intervistati ha dichiarato di usare tutti i giorni i social (85,7%) o un personal computer (79,8%). Per circa quasi 7 giovani su 10 prevale l'ascolto di musica (68,9%) oppure guarda la televisione, attraverso principalmente le piattaforme digitali (67,4%). Per quanto riguarda invece le attività "non mediate", solo poco più di 3 giovani su dieci "vedono" quotidianamente gli amici (36,7%) e ancora di meno è la percentuale di intervistati che dichiara di passare il tempo libero con parenti e familiari (17,3%).

Primati: Instagram svetta su tutti. Quali sono i social network più utilizzati dai giovani? In testa, rispetto al campione osservato, si colloca il social di Meta basato sulla condivisione di foto e video brevi, ossia Instagram, frequentato da più di 8 giovani su 10 (83,1%), seguito da Facebook che si situa al secondo posto con il 72,5%. Seguono in una posizione intermedia Youtube con il 50,7%, e Tik Tok con il 37,6%. Meno rilevante la frequenza di utilizzo degli altri social network tra i quali si possono citare, ad esempio, X (10,7%), LinkedIn (9,7%), Pinterest (6,3%) e Snapchat (5,2%).

Social-consumi. Un giovane su 10 nel tunnel della più alta probabilità di sottomissione. Oltre alle innegabili potenzialità, i social media nascondono anche rischi e pericoli e, fra questi, la "dipendenza da social media" o "Social media Addiction", che si riferisce ad un tipo di dipendenza comportamentale, caratterizzata dall'eccessivo e incontrollabile bisogno di accedere a essi. E così, utilizzando la *Bergen Social Media Addiction Scale* per misurare il rischio di *Social Media Addiction*, i ricercatori di Demoskopika hanno rilevato alcuni comportamenti preoccupanti legati all'uso/abuso dei social media. In particolare, il 10,3% dei giovani presenta un alto livello di rischio dipendenza ("High Addiction") dai social media. E, ancora, risulta significativamente preoccupante anche il 15,6% che si colloca nell'area "Moderate Addiction", con una certa propensione, dunque, al pericolo di dipendenza. La maggior parte degli under 35, infine, pari al 74,1%, trova spazio nell'area "meno rischiosa" ("Low Addiction").

Dipendenza da social. In Sicilia, Campania e Umbria la maggiore incidenza. Sarebbero oltre 1,1 milioni i giovani (18-35 anni) a rischio elevato di dipendenza da social media, pari al 10,1% della popolazione giovanile complessiva residente in Italia, pari a quasi 11 milioni di individui secondo gli ultimi dati Istat disponibili all'1 gennaio 2023. Nonostante l'incidenza dell'area ad alto rischio non presenti distanze significative tra regioni, si è proceduto, comunque, a generare una graduatoria al fine di poter operare un confronto tra le varie "comunità giovanili" residenti in ciascun territorio oltre il mero dato assoluto.

E, così, la Sicilia con 106,8 mila giovani più esposti si colloca in cima con un'incidenza dell'area "High Addiction" pari all'11,155% seguita da Campania e Umbria rispettivamente con 131,4 mila giovani (11,144%) e 16,5 mila under 35 anni (11,138%). Sono dieci, inoltre, i sistemi giovanili con un peso degli under 35 a più alto rischio di dipendenza da social media al di sopra dieci punti percentuali: Lazio con 109,1 mila giovani (10,559%), Toscana con 66,9 mila giovani (10,550%), Abruzzo con 24 mila giovani (10,493%), Valle d'Aosta con 2,3 mila giovani (10,473%), Trentino Alto Adige con 22,5 mila giovani (10,459%), Marche con 27,4 mila giovani (10,401%), Puglia con 78,9 mila giovani (10,363%), Basilicata con 10,7 mila giovani (10,220%), Molise con 5,5 mila giovani (10,067%) e Piemonte con 75,3 mila giovani (10,048%). Le rimanenti regioni, infine, registrano un rapporto al di sotto della media italiana, pari al 10,73%: Emilia-Romagna con 80 mila giovani (9,968%), Veneto con 87 mila giovani (9,833%), Liguria con 24,5 mila giovani (9,726%), Sardegna con 25,6 mila giovani (9,663%), Lombardia con 179,4 mila giovani (9,642%), Calabria con 34,9 mila giovani (9,615%) e, infine, Friuli Venezia Giulia con 19,7 mila giovani (9,597%).

Odio in rete: prevale la condanna (81,6%), ma i giustificazionisti si fanno sentire (40,6%). Nel tentativo di comprendere il livello di consapevolezza dei giovani italiani rispetto alle insidie della rete, l'indagine ha rilevato il loro livello di condivisione rispetto a una batteria di affermazioni riguardanti

9 febbraio 2024

l'aggressione che avviene tramite i social. Nel dettaglio, sommando le modalità "abbastanza" e "molto" si ricava, seppur in chiave non esaustiva, un orientamento che offre alcuni spunti interessanti, una suddivisione in due raggruppamenti: colpevolisti e giustificazionisti. E, così, analizzando le risposte degli under 35 italiani emerge un atteggiamento prevalentemente di condanna rispetto al fenomeno dell'incitamento all'odio in rete, pari all'81,6%.

Tra le otto affermazioni sottoposte alla condivisione del campione, infatti, le modalità di risposta che hanno totalizzato le maggiori preferenze dei giovani riguardano un orientamento di accusa verso chi insidia la libertà di comunicazione su internet. In particolare, l'83,7 degli interpellati ritiene che l'incitamento all'odio in rete comporti "conseguenze sulla vita reale degli offesi" a cui fa immediatamente eco una consistente quota del 79,5% che lo ritiene una "forma molto grave di aggressione dell'altro". A chiudere l'orientamento dei colpevolisti la percezione di chi pensa che l'hate speech sia un fenomeno "legato a maleducazione" di chi lo commette (76,9%).

Le rimanenti affermazioni sono state inserite per misurare il livello di giustificazionismo del fenomeno, pari complessivamente al 40,6%. In questa direzione, ben il 74,3% ritiene che le social insidie "rispecchino le tensioni della società" e, in forma meno significativa, sia una "modalità tipica della comunicazione online" (41,3%). E, ancora, per il 27,2% "sono solo parole", "evita che l'odio si esprima nella vita reale" (25,6%) e, infine, risulta un "modo accettabile per ridurre la rabbia" (20,4%).

ALLEGATO STATISTICO

Alcuni aspetti metodologici. Per misurare il rischio di *Social Media Addiction* dei giovani è stata utilizzata la *Bergen Social Media Addiction Scale* (Andreassen, Billieux et al. 2016), che consente la distinzione tra la dipendenza vera e propria e un uso smodato ma non patologico. La Bergen Social Media Addiction Scale—BSMAS è una scala a 6 item che valuta l'uso problematico dei social media con una scala Likert a 5 punti (da "mai" a "molto spesso") e produce un punteggio composito da 6 a 30. Per misurare il livello di dipendenza degli intervistati sono stati creati 3 livelli così suddivisi: *Low Addiction*, che indica un livello basso di dipendenza dai social media (punteggio da 6 a 13), *Moderate Addiction*, che indica un livello medio di dipendenza (punteggio da 14 a 18) e *High Addiction* (da 19 a 30) che indica un livello problematico di dipendenza dai social¹. La ricerca sociale si è concentrata, negli ultimi anni, sulla "dipendenza da social media" o "Social Media Addiction", che si riferisce ad un tipo di dipendenza comportamentale, caratterizzata dall'eccessivo e incontrollabile bisogno di accedere a essi (Tutgun-Ünal; 2020). Gli utenti dei social media affetti da questo tipo di dipendenza presentano molteplici sintomi che, secondo il modello elaborato da Griffiths (2005), possono essere così sintetizzati:

- variazione dell'umore derivante da un uso eccessivo dei social media;
- la ricerca di un uso sempre più frequente di questi ultimi;
- veri e propri sintomi di astinenza (sia fisici che emotivi) nel caso di un mancato utilizzo che si protrae nel tempo.

In particolare i ricercatori hanno applicato la *Bergen Social Media Addiction Scale* rilevando, da un campione di giovani intervistati, la frequenza con cui, negli ultimi 12 mesi, hanno manifestato alcuni comportamenti: tempo trascorso a pensare ai social media, bisogno di usare sempre di più i social media, utilizzo dei social media per dimenticare i problemi personali, tentativi vani di cessare di utilizzare i social media, comportamenti ansiosi o agitati legati al mancato utilizzo dei social media e, infine, riduzione delle ore dedicate allo studio e al lavoro per il loro eccessivo impiego.

Il campione utilizzato è stato di 3 mila giovani residenti in Calabria. L'indagine sul campo si è conclusa nel mese di ottobre 2023. Due le ipotesi di partenza alla base del presente studio: la prima è che, considerata la rilevante numerosità degli intervistati e la significativa omogeneità nei consumi dei social media da parte dei giovani in Italia, i risultati emersi possano essere inferiti per l'intero territorio nazionale; la seconda ipotesi, infine, è che per la stima dei giovani con il più alto rischio di dipendenza da social ("*High Addiction*") è stato utilizzato, quale correttivo proporzionale, il seguente indicatore Istat relativo al 2022: persone per fasce di età (18-19 anni; 20-24 anni; 25-34 anni) per regione, che hanno usato internet negli ultimi 3 mesi per seguente attività svolta: partecipare a social network (es. creare un profilo utente, postare messaggi o altro su Facebook, Twitter ecc.).

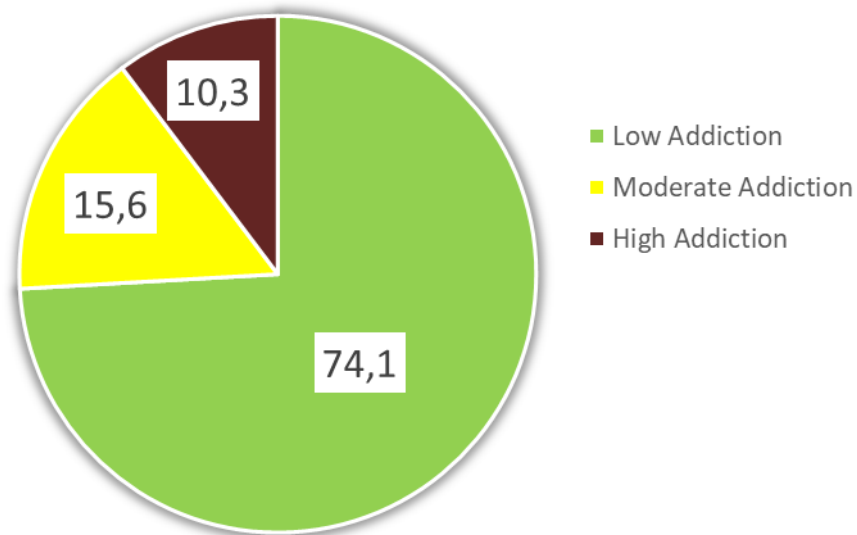
I rimanenti dati del presente studio (consumi delle attività "mediate" e "non mediate", livello di preferenza dei social media e odio in rete) sono emersi da un sondaggio realizzato con tecnica Cati-Cami-Cawi tra il 15 e il 27 maggio 2023 da Demoskopika su un campione di 2 mila giovani controllato prioritariamente per la quota relativa alla macroarea di residenza (Nord Ovest, Nord-Est, Centro, Sud e Isole) e contenuti in *OxyPolitik. Come liberarci dalla dipendenza social-qualunquista*, autore Raffaele Rio (presidente Demoskopika), edito da Tangram Edizioni Scientifiche.

Si precisa, infine, che nonostante l'incidenza dell'area ad alto rischio non presenti distanze significative tra regioni, si è proceduto, comunque, a generare una graduatoria al fine di poter operare un confronto tra le varie "comunità giovanili" residenti in ciascun territorio oltre il mero dato assoluto.

¹ Per la suddivisione dei tre livelli di dipendenza si è tenuto conto dell'orientamento dei ricercatori i quali suggeriscono che un punteggio maggiore di 19 sia un indicatore di dipendenza. Cfr.: F. Banyai, A. Zsila, O. Kir'aly et al., *Problematic social media use: results from a large-scale nationally representative adolescent sample*, «PLoS One», vol. 12, no. 1, 2017.

9 febbraio 2024

graf 1. Livello di rischio della dipendenza da social media
Anno 2024. Valori percentuali



Fonte: Demoskopika

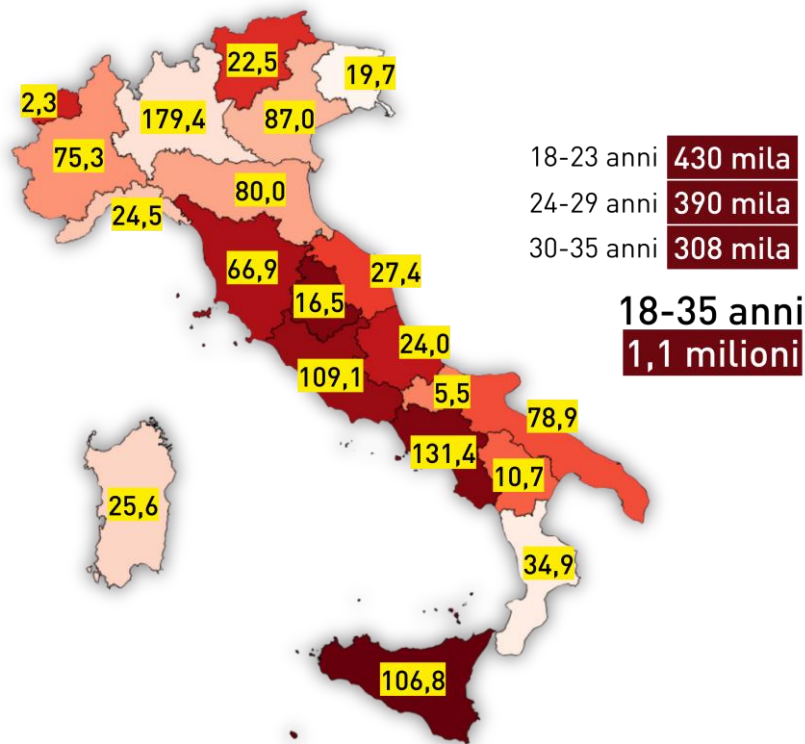
tab 1. Livello di rischio della dipendenza da social media
Anno 2024. Valori percentuali per fascia d'età

Livello	18-23	24-29	30-35	Totale (18-35 anni)
Low Addiction	66,3	74,9	81,1	74,1
Moderate Addiction	22,1	14,5	10,6	15,6
High Addiction	11,6	10,5	8,3	10,3

Fonte: Demoskopika

9 febbraio 2024

graf 2. La mappa della dipendenza giovanile da social media
Anno 2024. Livello di rischio alto (*Hight Addiction*) per regione. Valori in migliaia



Fonte: Demoskopika



tab 2. La mappa della dipendenza giovanile da social media

 Anno 2024. Livello di rischio alto (*Hight Addiction*) per regione. Valori assoluti e percentuali

Regione	Area "High Addiction"	Incidenza su popolazione 18-35 anni
Sicilia	106.806	11,155
Campania	131.433	11,144
Umbria	16.472	11,138
Lazio	109.095	10,559
Toscana	66.918	10,550
Abruzzo	24.027	10,493
Valle d'Aosta	2.281	10,473
Trentino Alto Adige	22.476	10,459
Marche	27.408	10,401
Puglia	78.855	10,363
Basilicata	10.658	10,220
Molise	5.462	10,067
Piemonte	75.333	10,048
Emilia-Romagna	79.976	9,968
Veneto	86.973	9,833
Liguria	24.529	9,726
Sardegna	25.639	9,663
Lombardia	179.402	9,642
Calabria	34.861	9,615
Friuli-Venezia Giulia	19.657	9,597
ITALIA	1.128.262	10,273

Fonte: Demoskopika

tab 3. La mappa della dipendenza giovanile da social media

 Anno 2024. Livello di rischio alto (*Hight Addiction*) per regione. Valori assoluti per fascia d'età

Regione	18-23 anni	24-29 anni	30-35 anni	TOTALE (18-35 anni)
Abruzzo	9.168	8.299	6.560	24.027
Basilicata	4.067	3.681	2.910	10.658
Calabria	13.302	12.041	9.518	34.861
Campania	50.152	45.396	35.885	131.433
Emilia-Romagna	30.517	27.623	21.836	79.976
Friuli-Venezia Giulia	7.501	6.789	5.367	19.657
Lazio	41.628	37.681	29.786	109.095
Liguria	9.360	8.472	6.697	24.529
Lombardia	68.456	61.964	48.981	179.402
Marche	10.458	9.467	7.483	27.408
Molise	2.084	1.887	1.491	5.462
Piemonte	28.746	26.020	20.568	75.333
Puglia	30.089	27.236	21.529	78.855
Sardegna	9.783	8.856	7.000	25.639
Sicilia	40.755	36.890	29.161	106.806
Toscana	25.534	23.113	18.270	66.918
Trentino Alto Adige	8.576	7.763	6.137	22.476
Umbria	6.285	5.689	4.497	16.472
Valle d'Aosta	870	788	623	2.281
Veneto	33.187	30.040	23.746	86.973
ITALIA	430.521	389.696	308.045	1.128.262

Fonte: Demoskopika