

## 8. Benessere soggettivo<sup>1</sup>

Gli indicatori del dominio hanno mostrato una evoluzione generalmente positiva negli anni precedenti la crisi pandemica, con l'unica eccezione della percentuale di quanti avevano attribuito un voto di soddisfazione della propria vita tra 8 e 10; questa proporzione nel 2012, in concomitanza con l'accentuarsi degli effetti sociali oltre che economici della grande crisi, aveva subito un calo di 10 punti, non ancora recuperato del tutto nel 2019. Tra il 2019, anno assunto come riferimento della situazione pre-Covid, e il 2021 la soddisfazione per la vita e gli indicatori sulle prospettive per il futuro si sono mantenuti generalmente sui livelli pre-pandemici, o addirittura sono migliorati, in coerenza con la reazione positiva del Paese alle gravi condizioni determinate dalla pandemia (Tabella 1). Nel 2022 si raggiunge la percentuale più elevata finora registrata di persone che si ritengono molto soddisfatte per la propria vita, e il valore tra i più bassi per le persone che assegnano un punteggio insufficiente. Sostanzialmente quasi nove persone su dieci dichiarano di essere molto (punteggio tra 8 e 10) o sufficientemente (punteggio 6 o 7) soddisfatte.

La soddisfazione per il tempo libero, che aveva subito nel 2021 un crollo senza precedenti dovuto al protrarsi delle misure di restrizione per contenere gli effetti negativi della pandemia, vede una decisa ripresa nel 2022, anche se non sufficiente per recuperare i livelli di soddisfazione osservati nel 2019.

In questo contesto di moderato miglioramento si invertono la tendenza di progressiva crescita della visione ottimistica del futuro e di decrescita del pessimismo, osservate dal 2012 al 2021, e confermate anche nei due anni di pandemia. La percentuale di persone che ritengono che la propria situazione migliorerà nei prossimi cinque anni diminuisce nel 2022, con il decremento più ampio registrato in un solo anno, mentre aumenta per la prima volta la percentuale di persone che ritengono che le cose peggioreranno (Tabella 1).

**Tabella 1. Indicatori del dominio Benessere soggettivo: valore dell'ultimo anno disponibile e variazione percentuale rispetto a diversi periodi**

Indicatori	Anno di partenza	Ultimo Anno	Valore ultimo anno disponibile	Variazione %			
				Anno di partenza-2019	2019-2021	2021-2022	2019-2022
Soddisfazione per la propria vita (%)	2010	2022	46,2	●	●	●	●
Soddisfazione per il tempo libero (%)	2010	2022	65,7	●	●	●	●
Giudizio positivo sulle prospettive future (%)	2012	2022	29,4	●	●	●	●
Giudizio negativo sulle prospettive future (%)	2012	2022	12,9	●	●	●	●

### LEGENDA

● Migliore      ● Peggiora      ● Stabile      - Confronto non disponibile

Nota: Se la variazione relativa tra i due anni supera l'1% è considerata positiva (verde), se è inferiore a -1% è considerata negativa (rosso). Nell'intervallo -1 e +1% la variazione è considerata stabile (giallo). Nel calcolo delle variazioni si è tenuto conto della polarità dell'indicatore, per considerare il miglioramento o peggioramento in termini di benessere.

<sup>1</sup> Questo capitolo è stato curato da Paola Conigliaro e Alessandra Tinto. Hanno collaborato alla realizzazione del box: Daniela Lo Castro e Maria Gloria Narilli.

## I giovani di 14-19 anni recuperano in termini di soddisfazione per la vita

La percentuale di persone di 14 anni e più che riferiscono di essere molto soddisfatte per la propria vita si attesta nel 2022 al 46,2% (Figura 1), dopo essere cresciuta nei due anni di pandemia dal 43,2% del 2019 al 46% del 2021.

Nel 2022 la percentuale di quanti si dichiarano molto soddisfatti torna ad aumentare anche tra i giovani di 14-19 anni, l'unico gruppo di popolazione che aveva registrato un calo tra il 2019 e il 2021, raggiungendo il valore più alto (58,2%) tra quelli registrati fin dal 2010.

Figura 1. Indicatori del dominio Benessere soggettivo per genere. Anni 2019-2022. Per 100 persone di 14 anni e più con le stesse caratteristiche

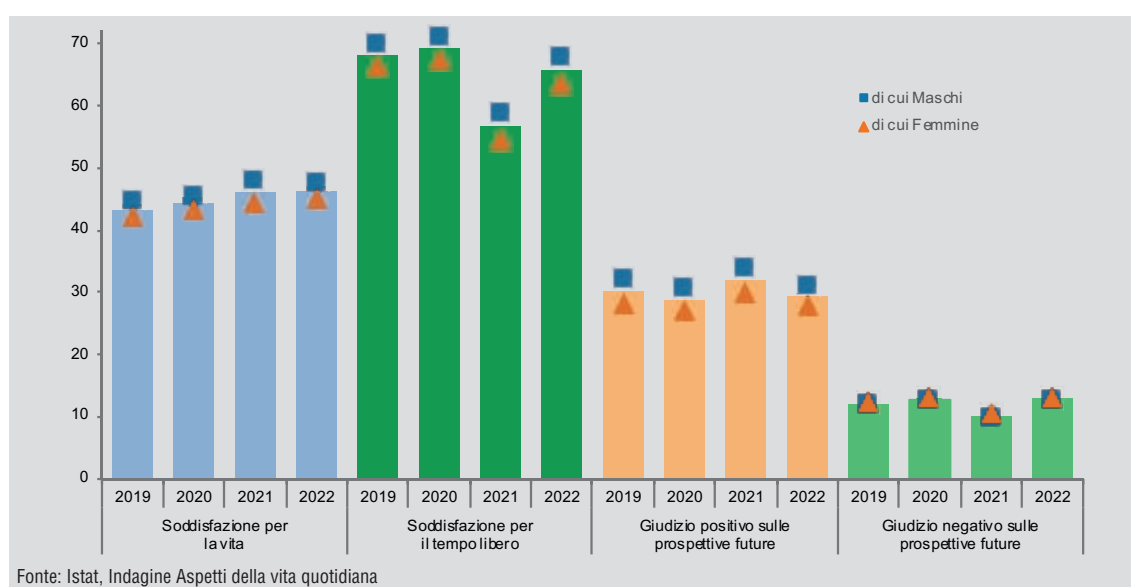


Figura 2. Livelli di soddisfazione per la propria vita delle persone di 14 anni e più per classi di età. Anni 2019, 2021 e 2022. Valori percentuali (a)



(a) La somma delle percentuali di ciascun anno non raggiunge il 100 poiché una quota di rispondenti non ha indicato la propria valutazione sulla soddisfazione per la vita.

Tra i 20 e i 34 anni la percentuale di molto soddisfatti è minore (45,6%), e parallelamente si osserva nella stessa fascia di età una quota più consistente rispetto ai giovanissimi di persone che si dichiarano sufficientemente soddisfatte (41,7%). La quota dei molto soddisfatti è più alta tra le persone di 35-54 anni (48,2%) e si riduce nelle fasce successive, fino al valore minimo di 39,8% tra le persone con 75 anni e più, per le quali comunque si consolida l'aumento dei molto soddisfatti registrato nel 2021 rispetto agli anni precedenti (Figura 2). Per gli uomini si osserva una quota più alta di molto soddisfatti per la vita (47,7% rispetto al 44,9% delle donne) mantenendo il livello del 2021, che era comunque in aumento rispetto ai due anni precedenti. Lo svantaggio delle donne si acuisce tra le più anziane, con la quota di insoddisfatte che supera il 20% (rispetto al 14,1% degli uomini di 75 anni e più), anche se il livello è in costante decrescita nei 4 anni considerati.

Il livello di istruzione e la struttura familiare sono due caratteristiche che si rivelano associate a differenti percezioni di soddisfazione per la vita. In particolare nel 2022, tra le persone con un titolo di studio più elevato (Laurea o più) la frequenza di molto soddisfatti è di 9 punti percentuali più alta rispetto a chi ha al massimo la licenza media (52,1% a fronte del 43,1%), si tratta del divario più ampio registrato nel quadriennio.

Benché la percentuale di molto soddisfatti sia, come di consueto, più bassa per le persone che vivono sole (40,0%), anche in questo collettivo la quota è in aumento e risulta più alta di quanto non fosse nel 2019. La proporzione di molto soddisfatti sale via via che si considerano le famiglie più numerose e raggiunge il massimo per le persone che vivono in famiglie con 4 componenti (51,0%).

Le persone che vivono sole hanno allo stesso tempo una frequenza più alta di poco soddisfatti (16,3%). Questo è più evidente tra le donne sole (18,3%) rispetto agli uomini (13,8%). Tale differenza dipende almeno in parte dalla maggiore proporzione di persone anziane tra le donne che vivono sole (63,2% con 65 anni o più) rispetto agli uomini (28,4% con almeno 65 anni).

### Recupera, ma non pienamente, il valore della soddisfazione per il tempo libero

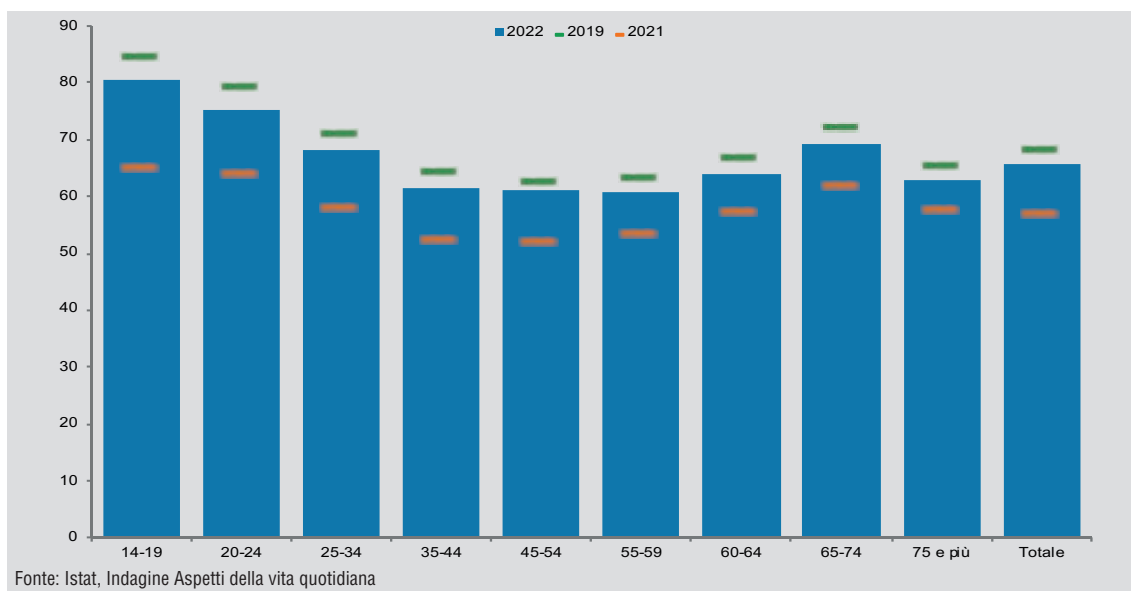
Nel 2022 il 65,7% delle persone di 14 anni e più si dichiara molto o abbastanza soddisfatto per il tempo libero, 9,1 punti percentuali in più rispetto al 2021. Il recupero rispetto al crollo del 2021 è evidente per tutte le classi di età (Figura 3), tuttavia non è stato in nessun caso ancora raggiunto il livello osservato prima della pandemia (68,0% nel 2019)

In particolare, i giovanissimi (14-19 anni) molto o abbastanza soddisfatti per il tempo libero tornano al di sopra dell'80%, con una crescita di 16,1 punti percentuali rispetto al 2021, ma ancora 3,8 punti al di sotto del valore del 2019. In questa fascia di età il forte decremento registrato nel 2021 nella soddisfazione per il tempo libero era stato ancora più marcato tra le ragazze, che recuperano quasi 20 punti percentuali nel 2022, rimanendo comunque al di sotto dell'80% e con 6,3 punti percentuali in meno rispetto al 2019 (Figura 4). I ragazzi coetanei recuperano in misura minore rispetto al 2021 (+12,6 punti), ma avendo sperimentato in precedenza un crollo meno evidente, nel 2022 presentano un valore dei soddisfatti (83,5%) di poco al di sotto dei valori del 2019.

L'andamento per età della soddisfazione per il tempo libero decresce fino a toccare il minimo tra le persone di 55-59 anni (60,8%), con un valore di poco inferiore a quello delle persone tra i 35 e i 54 anni. In queste fasce di età, che corrispondono al periodo della vita in cui si è più probabilmente impegnati nelle attività lavorative e di cura, si manifestano sempre valori più bassi della media. Nelle età successive torna ad au-

mentare la quota di soddisfatti per il tempo libero, fino alla classe di età 65-74 (69,4%), per poi calare di nuovo, raggiungendo il 62,9% tra gli ultrasettantacinquenni.

**Figura 3. Persone di 14 anni e più molto o abbastanza soddisfatte per il tempo libero per classi di età. Anni 2019, 2021 e 2022. Valori percentuali**



Tra le persone che vivono sole si conferma una quota di soddisfatti per il tempo libero inferiore alla media (64,0%), e ancora 3,7 punti sotto rispetto ai valori del 2019. Questo in parte è dovuto al fatto che il 30,8% delle persone sole ha almeno 75 anni, cioè appartiene alla fascia di età con percentuali più basse di molto o abbastanza soddisfatti. A queste si aggiunge una quota del 35,6% di persone sole di 35-59 anni che, come si è visto, mostra livelli di soddisfazione per il tempo libero più bassi.

**Figura 4. Giovani di 14-19 anni e popolazione di 14 e più molto o abbastanza soddisfatti per il tempo libero per genere. Anni 2019-2022. Valori percentuali**



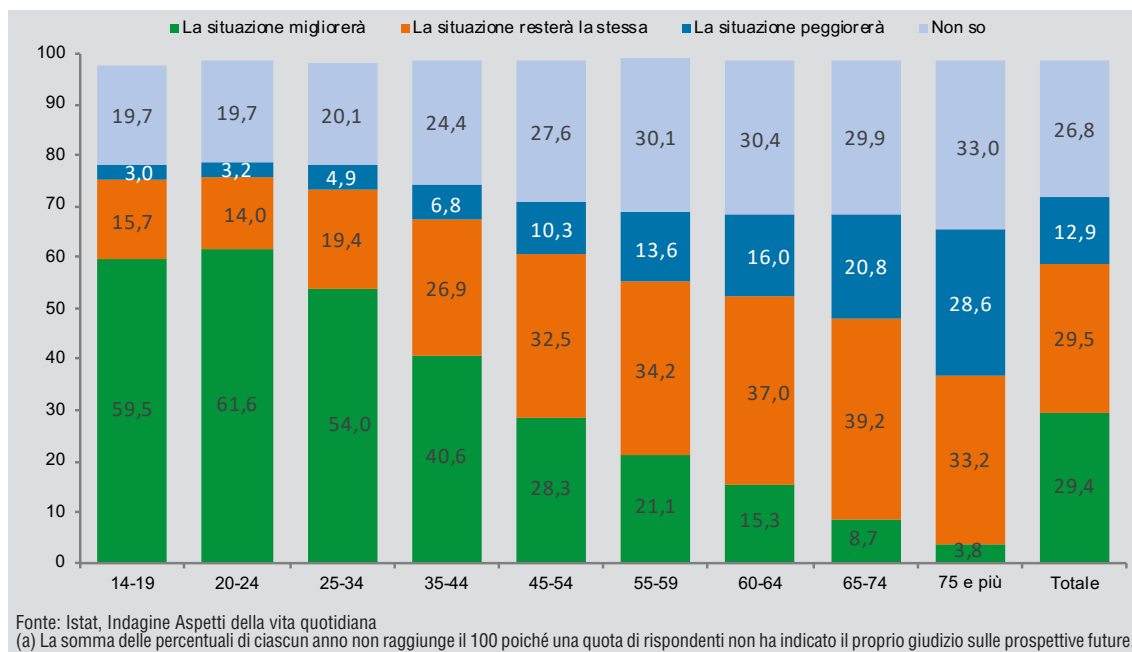
## Diminuisce rispetto al 2021 la percentuale di ottimisti e aumenta quella dei pessimisti

Dopo aver raggiunto nel 2021 la più alta percentuale di quanti guardano al futuro con ottimismo, pensando che la propria situazione migliorerà nei prossimi 5 anni, e la più bassa di pessimisti, nel 2022 si fa un passo indietro: si registra il più grande decremento annuale degli ottimisti. La tendenza a un generale miglioramento che ha caratterizzato i due indicatori fin dal 2012 subisce, dunque, una brusca battuta d'arresto. Chi pensa che la propria vita migliorerà si attesta al 29,4%, a fronte del 31,9% del 2021, e parallelamente aumenta per la prima volta la quota di quanti ritengono che la propria situazione peggiorerà nei prossimi 5 anni (12,9% nel 2022 rispetto al 10,2% nel 2021).

La diminuzione degli ottimisti è stata più consistente tra le persone di 25-34 anni (-6,4 punti percentuali), in particolare tra gli uomini (-8,2 punti percentuali). Bisogna però considerare che in virtù di un aumento di 7 punti percentuali registrato nel 2021 gli ottimisti della fascia di età 25-34 anni avevano raggiunto livelli tanto vicini ai più giovani quanto non lo erano mai stati prima. Se guardiamo la differenza rispetto al 2019 la percentuale di ottimisti è scesa complessivamente di un solo punto, molto vicino allo 0,7 di diminuzione del totale della popolazione. Invece l'aumento della percentuale di pessimisti è particolarmente accentuato tra le persone di 60-64 anni (dall'11,2% del 2021 al 16,2%).

Nonostante i dati siano per tutti meno positivi rispetto all'anno precedente, i più giovani continuano a mostrarsi prevalentemente ottimisti (Figura 5), con un picco tra i 20 e i 24 anni (61,6%), seguono i giovanissimi al di sotto dei 20 anni (59,5%) e i 25-34enni (54,0%). La percentuale cala decisamente nelle classi di età successive, fino al 3,8% di persone ottimiste tra chi ha 75 anni e più, tra i quali è particolarmente consistente la quota di pessimisti (28,6%). La differenza di visione tra uomini e donne è pressoché costante nel tempo, con una quota più elevata di ottimisti tra gli uomini, pari al 31,1% nel 2022 rispetto al 27,9% delle donne. Tuttavia, la percentuale di donne pessimiste è più bassa di quella degli uomini per tutte le fasce di età ad esclusione delle persone ultra 65enni.

Figura 5. Persone di 14 anni e più per giudizio sulle prospettive future per classe di età. Anno 2022. Valori percentuali (a)



Si è più ottimisti se si ha un livello di istruzione superiore: la differenza nella quota di persone che pensano che la situazione migliorerà nei prossimi 5 anni è di 19 punti percentuali più alta tra i laureati (40,7%) rispetto a chi ha al massimo la licenza media (21,7%).

Anche nel caso della visione per il futuro troviamo una differenza connessa alla dimensione della famiglia nella quale si vive, ma soprattutto legata alle caratteristiche della persona. Infatti, le donne che vivono sole sono ottimiste soltanto nel 15,9% dei casi e pessimiste nel 20,9%. Come detto, tra le donne che vivono da sole è molto alta la proporzione di donne molto anziane, mentre tra gli uomini che vivono da soli sette su dieci hanno meno di 65 anni. La risposta in assoluto più frequente alla domanda su come sarà la propria situazione nel futuro è tuttavia che la situazione personale “resterà la stessa” (29,5%). All'interno di questa ampia fetta di popolazione che non vede in prospettiva eventualità di cambiamenti della propria situazione, si riscontrano tanto situazioni di disagio (persone che hanno livelli bassi negli indicatori di benessere) quanto condizioni di soddisfazione.

Confrontando la visione per il futuro con l'indicatore di soddisfazione per la vita nel complesso, si osserva che quasi la metà (il 48,7%) di chi ritiene che la propria situazione non cambierà nei prossimi 5 anni ha anche dichiarato di essere molto soddisfatto per la vita. Il ritenere che la vita resterà la stessa, benché risponda anche ad attitudini personali rispetto alla visione prospettica, non è dunque sempre un segnale negativo o di indifferenza rispetto alle prospettive future. Può essere, infatti, letto come una visione positiva se si spera o si confida che la vita rimanga come è ora, quando le condizioni di partenza sono ritenute buone. Una vita ritenuta insoddisfacente e l'assenza di prospettive di miglioramento possono essere interpretati come chiari sintomi di malessere, nel 2022 il 7,6% delle persone di 14 anni e più si trova in questa situazione.

## Il benessere soggettivo in relazione alla condizione occupazionale

La condizione occupazionale, al pari delle buone condizioni di salute e del benessere economico è notoriamente associata con gli indicatori di benessere soggettivo; il verso della relazione è specifico a seconda dell'indicatore considerato, ed è particolarmente importante monitorare queste relazioni nei periodi in cui il mercato del lavoro è perturbato da alterne fasi di crisi e ripresa.

C'è una grande differenza in termini di visione del futuro tra persone attive nel mercato del lavoro o studenti e coloro che sono in condizioni diverse (ritirati dal lavoro, casalinghe o in altra condizione). Il primo insieme, infatti, manifesta prospettive di miglioramento per il futuro sempre ampiamente al di sopra della media, mentre il secondo mostra percentuali più basse. In particolare, tra gli occupati il 36,3% ritiene che la propria situazione migliorerà e l'8,6% ritiene che peggiorerà nei prossimi cinque anni. Anche per quanto riguarda la soddisfazione per la vita nel complesso, la percentuale di molto soddisfatti è più alta tra gli occupati (49,9%) rispetto alle persone in cerca di lavoro: 32,8% tra i disoccupati e 38,9% tra chi è in cerca di prima occupazione. All'opposto, quando si considera la soddisfazione per il tempo libero, la quota più bassa di molto o abbastanza soddisfatti si rileva proprio tra gli occupati (62,1%, rispetto alla media di 65,7%).

Analizzando più nel dettaglio il benessere soggettivo tra gli occupati, la quota di molto soddisfatti per la vita è più alta tra dirigenti, imprenditori e liberi professionisti (54,4%), che tuttavia sono la categoria in cui la diminuzione nella quota di persone ottimiste verso il futuro è più accentuata (-5,1%). Le dirigenti sono le più soddisfatte tra le donne (55,9% punteggio

8-10), esprimendo una condizione anche migliore rispetto alle studentesse (53,4%). Restano sempre al di sopra della metà (51,6%) i molto soddisfatti tra i direttori, quadri e impiegati. Questi ultimi sono anche la categoria di occupati che si dichiarano più soddisfatti del tempo libero (63,8%). I meno soddisfatti per il tempo libero sono i lavoratori in proprio e coadiuvanti (57,5%), mentre la percentuale più bassa di ottimisti si registra tra operai e apprendisti (33,9%).

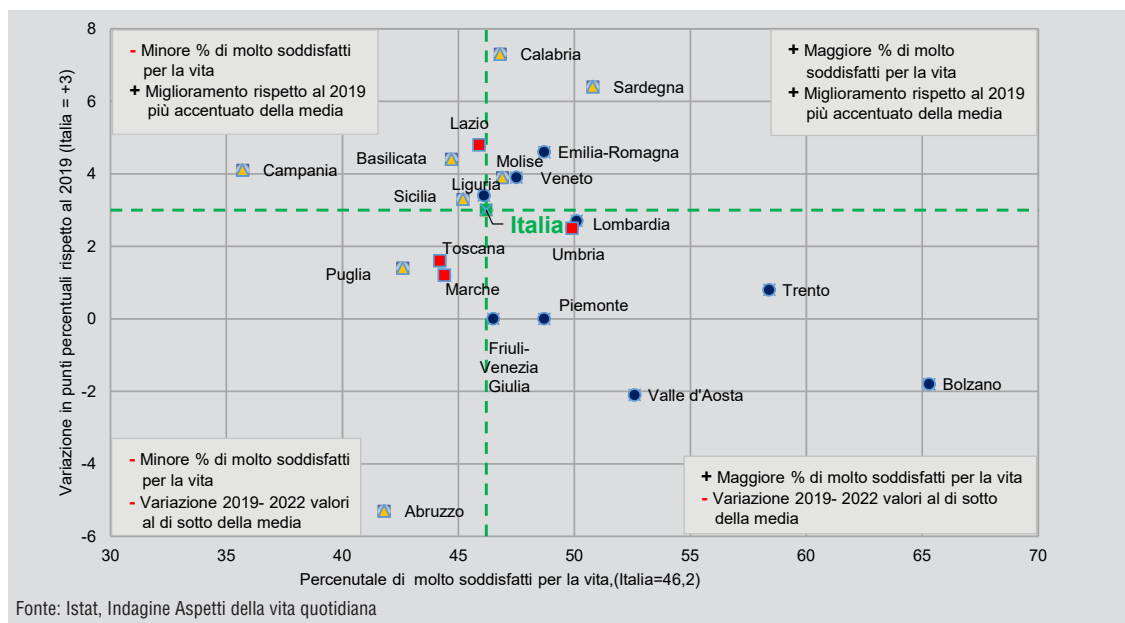
### Le peculiarità del benessere a livello regionale

L'analisi territoriale mostra come il Nord-ovest abbia nel 2022 recuperato per tutti gli indicatori di benessere soggettivo la posizione di vantaggio rispetto al resto del Paese persa negli anni di pandemia. In particolare rispetto alla soddisfazione per il tempo libero, che aveva subito il crollo più accentuato nel 2021, è la ripartizione che recupera di più raggiungendo il 68,4% di molto o abbastanza soddisfatti. Questo risultato tuttavia non è sufficiente a raggiungere i valori del 2019 (71,7%). Nelle Isole, dove il livello di soddisfazione per il tempo libero è comunque sempre più basso, si sono registrate negli anni esaminati variazioni più contenute rispetto alla media Italia e il recupero del 2022 è più debole. Il gap con il Nord-ovest è attestato a -9,6 punti percentuali (-11 per le donne).

Anche per la quota di persone ottimiste si osserva la percentuale più alta nel Nord-ovest (31,0%) e la più bassa nelle Isole (27,1%). Per le dichiarazioni più pessimiste il massimo valore si riscontra nel Nord-est con il 14,6% di persone che pensano che la loro vita peggiorerà, mentre la quota più bassa si osserva nel Sud (10,7%).

A livello regionale la situazione si presenta più articolata. Per analizzare congiuntamente livelli ed evoluzione nel tempo della soddisfazione per la vita, consideriamo la percentuale di molto soddisfatti nel 2022 e la variazione in termini di punti percentuali rispetto al periodo pre-pandemico (2019). Nella Figura 6 si può osservare una dispersione delle posizioni

Figura 6. Soddisfatti per la vita nel complesso (valutazione 8-10) e variazione rispetto al 2019 per regione. Anno 2022. Valori percentuali



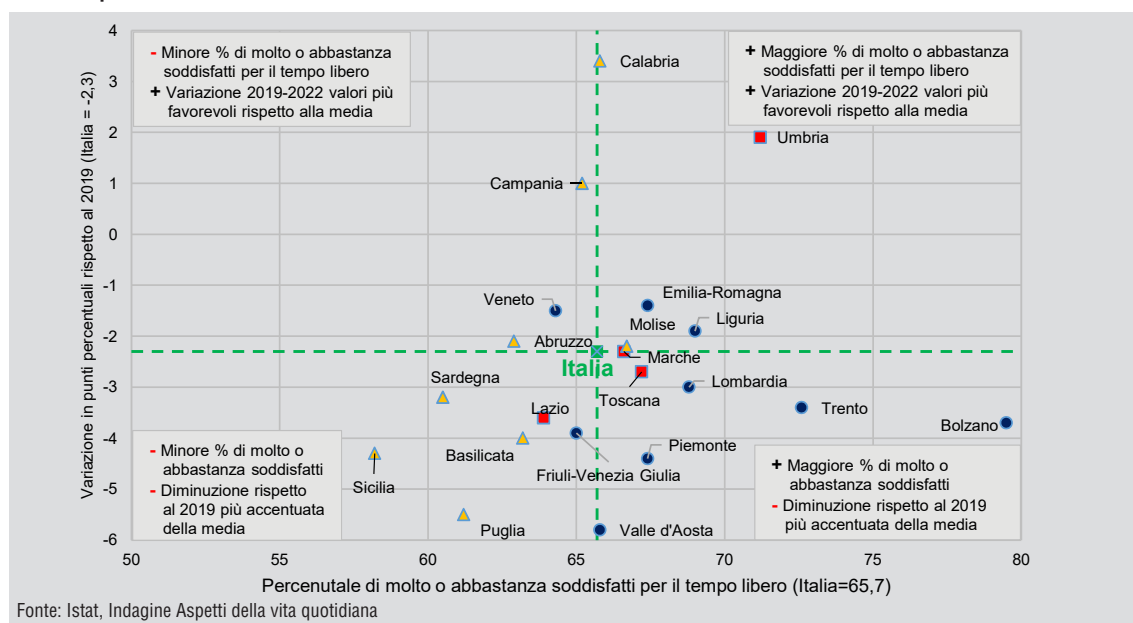
che rispecchia alcune specificità: nessuna regione del Nord presenta una quota di molto soddisfatti per la vita al di sotto della media Italia, ma c'è una forte differenziazione in termini di variazione rispetto al 2019.

In particolare si distinguono le province autonome di Trento e Bolzano, che presentano alti valori di benessere e bassa crescita o addirittura decrescita rispetto al 2019. La Sardegna mostra un livello di crescita elevato, e la sua posizione è anche migliore della media nazionale in termini di quota di molto soddisfatti (4,4 punti superiore); Emilia Romagna e Veneto si trovano anch'esse ad un livello superiore rispetto alla media nazionale per entrambi i parametri. Il Molise ha un valore di crescita superiore alla media e una percentuale di soddisfatti prossima alla media, ma è la Calabria che si distingue per il più elevato livello di crescita rispetto al 2019 che la porta dalla 20esima alla 11esima posizione nella graduatoria delle regioni e province autonome.

Con una percentuale di molto soddisfatti al di sotto del livello nazionale, ma in recupero con un incremento superiore alla media, troviamo Campania, Basilicata e Lazio. Nonostante ciò la Campania resta ancora la regione in cui la quota di quanti sono molto soddisfatti per la vita nel complesso è più contenuta. Tra le regioni con livelli più bassi e che stentano a recuperare posizioni si collocano anche Toscana, Puglia, Marche e Abruzzo; in quest'ultima regione si osserva una evidente decrescita (-5,3 punti) rispetto al 2019, che porta la regione dalla settima alla penultima posizione della graduatoria.

Per quanto riguarda la soddisfazione per il tempo libero la situazione è ancora più articolata e non si individuano condizioni omogenee tra le ripartizioni (Figura 7). Osserviamo come la Calabria, grazie anche in questo caso alla crescita più consistente in assoluto, raggiunge una posizione in linea con la media nazionale e, insieme a Umbria e Campania, rappresenta l'unico territorio che ha recuperato e superato i livelli di soddisfazione del 2019. L'Umbria ha valori più alti della media per entrambi i parametri ed è seconda per livello di crescita. Sempre in termini di crescita rispetto al 2019 la Campania è in terza posizione, anche se ciò non le ha ancora consentito di raggiungere i livelli medi nazionali di soddisfazione. Le altre regioni hanno tutti valori di soddisfazione inferiori rispetto al 2019, con estremi di decresci-

**Figura 7. Molto o abbastanza soddisfatti per il tempo libero e variazione rispetto al 2019 per regione. Anno 2022. Valori percentuali**

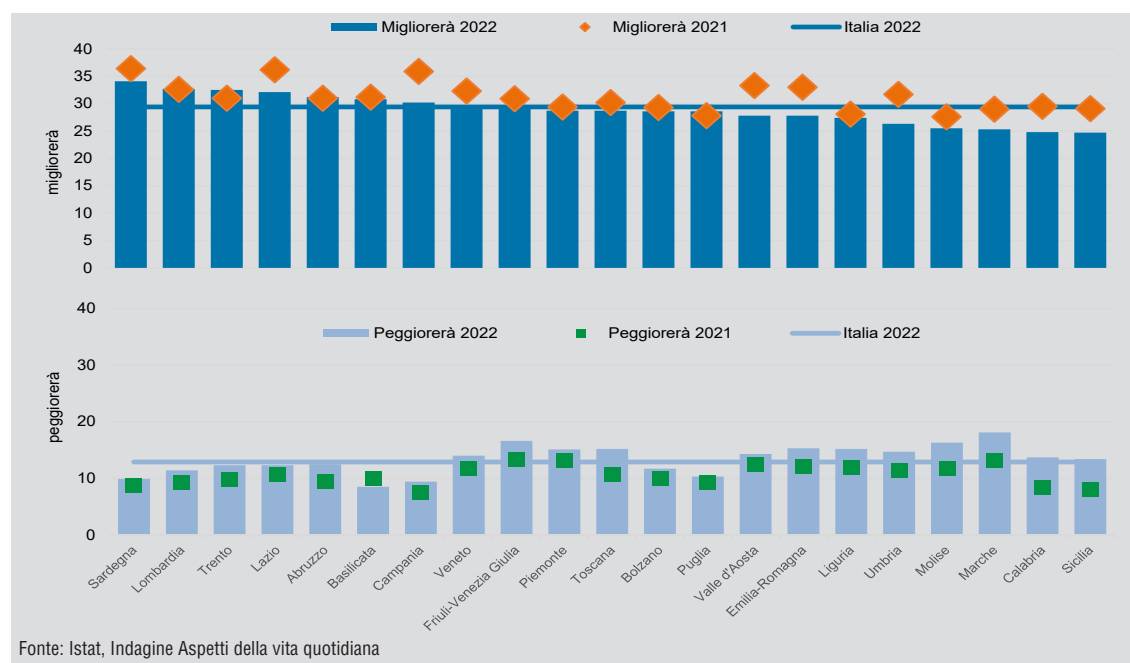




ta per la Valle d'Aosta (-5,8 punti), la Puglia (-5,5) e il Piemonte (-4,4). La Puglia presenta inoltre anche valori di soddisfazione più bassi della media. Il valore più basso in assoluto in termini di soddisfazione si osserva tuttavia in Sicilia (58,2%), dove la soddisfazione per il tempo libero è calata di oltre 4 punti percentuali.

L'analisi congiunta del giudizio positivo e negativo sulle prospettive future consente di analizzare meglio le differenze territoriali. I due valori sono, evidentemente, in relazione stretta in quanto le valutazioni sono rilevate come due distinte modalità di un unico quesito, ma non sono perfettamente simmetrici (Figura 8) poiché sono previste altre opzioni di risposta ("la situazione rimarrà la stessa" oppure "non so"). La Sardegna è la regione che nel 2022 mostra la situazione più positiva, con la maggiore percentuale di ottimisti circa il futuro (34,1%) e una tra le più basse percentuali di pessimisti (9,9%); al contrario nelle Marche si osserva la più alta consistenza di pessimisti (18,1%) e una delle più basse di ottimisti (25,3%). Con un bilanciamento di ottimisti e pessimisti migliore rispetto alla media nazionale troviamo anche la Lombardia, la provincia di Trento, il Lazio, l'Abruzzo la Campania e la Basilicata. In Campania c'è stata la riduzione più evidente di ottimisti (-5,7%); con il 30,2% di persone che si dichiarano ottimiste la regione scende dal terzo al settimo posto, mentre Emilia-Romagna e Valle d'Aosta, con riduzioni di oltre 5 punti percentuali perdono entrambe 14 posizioni nella graduatoria delle regioni, collocandosi al di sotto dei valori medi nazionali.

Figura 8. Persone di 14 anni e più che ritengono che la propria situazione migliorerà o peggiorerà nei prossimi cinque anni per regione. Anni 2021-2022. Valori percentuali in ordine decrescente per il valore degli ottimisti del 2022.



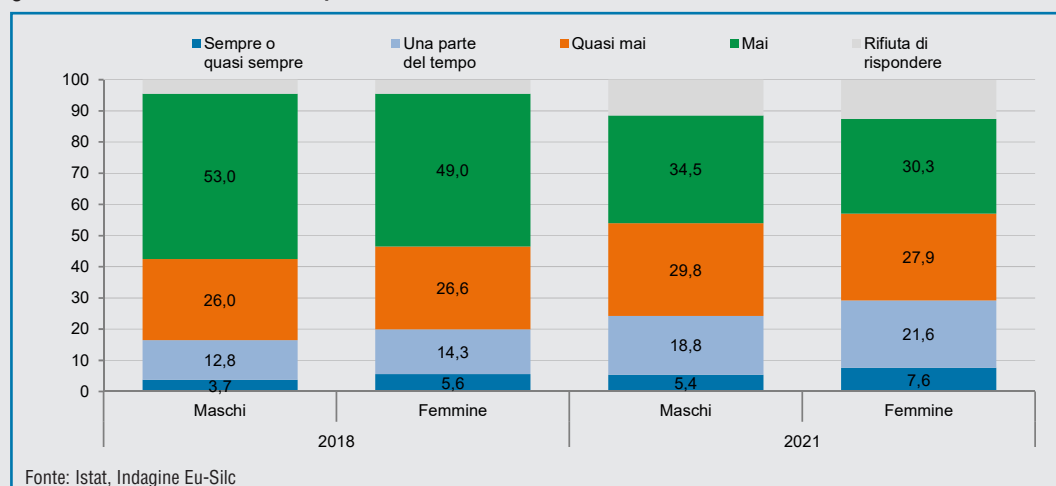
Fonte: Istat, Indagine Aspetti della vita quotidiana

## SENTIRSI SOLI

Gli studi nel campo delle relazioni e dell'isolamento sociale mostrano come le persone, quando non si sentono sole, non solo hanno con più probabilità migliori condizioni di salute, ma sono anche più felici<sup>1</sup>. Proprio per l'ampiezza dei processi emotivi e cognitivi e dei risultati che sembrano poter essere influenzati dal senso della solitudine, nell'indagine Eu-Silc 2018 e 2021 è stato inserito un quesito che chiede "Per quanto tempo, nelle ultime 4 settimane, si è sentito/a solo/a?". Pur essendo ancora da esplorare il ruolo specifico del senso di solitudine in un approccio multidimensionale al benessere soggettivo, si propone in questo capitolo un focus in cui si esamina il senso di solitudine espresso nel 2021 (ultimo dato disponibile), a confronto con la condizione pre-pandemia (dati 2018).

Nel 2021 oltre un quarto (26,8%) delle persone di 16 anni e più riferisce di essersi sentito solo almeno una parte del tempo, una percentuale di 8,5 punti più alta rispetto a quella del 2018 (18,3%). In particolare il 6,5% si è sentito solo sempre o quasi sempre, il 20,3% una parte del tempo, il 61,2% mai o quasi mai e il 12% ha scelto di non rispondere. Nel 2018 la percentuale di chi si era sentito solo mai o quasi mai era più alta (77,3%); questo decremento è attribuibile soprattutto alla riduzione di coloro che hanno scelto l'opzione "mai" che è passata dal 50,9% al 32,3%. Lo spostamento della scelta è stato prevalentemente verso la risposta "una parte del tempo", che è aumentata di 6,7 punti percentuali dal 13,6% del 2018. In entrambi gli anni esaminati le donne si sono sentite più spesso sole rispetto agli uomini, e nel 2021 il 29,2% di esse si è sentita sola almeno una parte del tempo (Figura A).

**Figura A. Persone di 16 anni e più per quota di tempo in cui si sono sentite sole nelle ultime 4 settimane per genere. Anni 2018 e 2021. Valori percentuali**



La rilevazione, che si è svolta tra giugno e novembre 2021, di fatto sembra registrare gli effetti di quel periodo di incertezza, nel quale le grandi aspettative riposte nel tanto atteso ritorno alla normalità venivano ciclicamente frustrate, la pandemia non era ancora sconfitta del tutto, le attività continuavano a incontrare dei limiti, e nel frattempo si perdeva quel senso di condivisione che aveva caratterizzato il periodo di maggior tensione e isolamento. Probabilmente anche per questo ci si sentiva più soli. L'andamento negativo è stato ancora più evidente nel Sud, che proprio in quel periodo subiva i maggiori effetti diretti della pandemia, e a seguire nel Centro, rispetto al Nord che aveva incontrato l'impatto più duro della pandemia oltre un anno prima. Al Sud cresce di oltre 12 punti percentuali la quota di persone

<sup>1</sup> Hawkley, L. C., & Cacioppo, J. T. (2010). Loneliness matters: A theoretical and empirical review of consequences and mechanisms. *Annals of behavioral medicine*, 40(2), 218-227.

che si sono sentite sole almeno una parte del tempo nelle ultime 4 settimane, arrivando nel 2021 ad una quota di circa il 32%, simile a quella registrata al Centro. Segue il Nord-ovest (24,4% nel 2021), che nel 2018 registrava la percentuale più bassa di persone che avevano provato senso di solitudine almeno una parte del tempo (14,4%). La situazione migliore si osserva nel Nord-est, dove sono circa un quinto le persone che si sono sentite sole almeno qualche volta (20,7%), con un aumento più contenuto rispetto a quanto si era verificato nel 2018 (+3,2 punti percentuali).

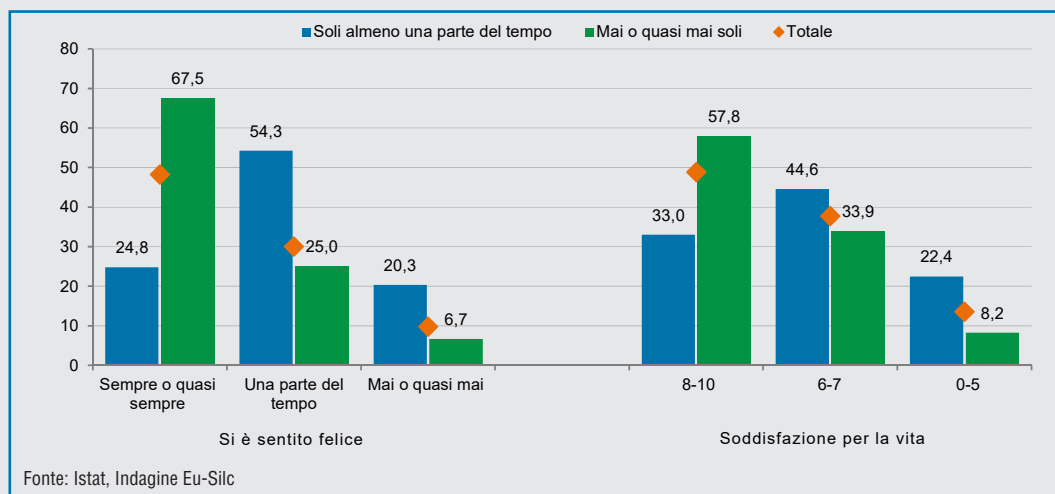
Il senso di solitudine cresce con l'aumentare dell'età, ed è più elevato tra le persone di 75 anni e più, il 38,5% di queste si è sentito solo almeno una parte del tempo nel 2021. Tra i più giovani, la sensazione di solitudine è meno frequente, tuttavia anche nella classe di età 16-34 la percentuale è cresciuta in modo consistente rispetto al 2018, passando dall'11,7% al 20,5%. Questo andamento è coerente con il deterioramento del benessere complessivo di giovani e giovanissimi osservato nel 2021 attraverso gli indicatori del Bes, in corrispondenza del periodo di grande isolamento vissuto a causa delle limitazioni nella frequenza della scuola in presenza e nella restrizione di orari e occasioni per la vita sociale.

Una condizione particolarmente critica si rileva per le persone che vivono sole, in questo caso quasi la metà (47,2%) si è sentita sola almeno una parte del tempo (era 41,9% nel 2018). Le percentuali più elevate di persone che hanno percepito un senso di solitudine almeno per una parte del tempo si osservano inoltre tra coloro che hanno conseguito un titolo di studio più basso (al massimo la licenza media), tra i disoccupati, gli inattivi e coloro che sono ritirati dal lavoro, con quote intorno al 30% (rispetto al 26,8% medio del 2021).

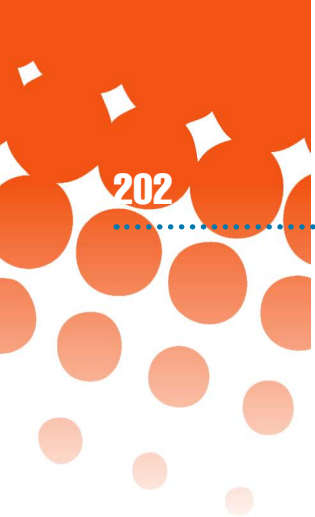
Un ultimo spunto di riflessione si concentra sulla relazione di questo indicatore con altri aspetti di benessere soggettivo<sup>2</sup>. L'analisi conferma quanto emerge dalla letteratura: chi si sente solo è anche meno spesso felice e meno soddisfatto della propria vita rispetto a chi non prova la sensazione di solitudine (Figura B).

Soltanto un quarto delle persone che si sono sentite sole per almeno una parte del tempo dichiara infatti di essere stato sempre o quasi sempre felice nelle ultime 4 settimane (24,8%), mentre la quota sale a oltre due terzi (67,5%) tra chi abitualmente non si sente solo. La differenza è molto marcata anche se in misura meno eclatante per la soddisfazione per la propria vita: il 33% delle persone sole è molto soddisfatto a fronte del 57,8% di coloro che non percepiscono abitualmente la sensazione di solitudine.

**Figura B. Persone di 16 anni e più per quota di tempo in cui si sono sentite sole, senso di felicità e soddisfazione per la vita. Anno 2021. Valori percentuali**



<sup>2</sup> In questa analisi si utilizzano i dati Eu-SILC 2021, che forniscono un valore leggermente diverso per l'indicatore sulla soddisfazione per la vita nel complesso rispetto a quello proveniente dalle analisi dei dati dell'indagine Aspetti della vita quotidiana, utilizzati per l'indicatore BES.



202



## Gli indicatori

- 1. Soddisfazione per la propria vita:** Percentuale di persone di 14 anni e più che hanno espresso un punteggio di soddisfazione per la vita tra 8 e 10 sul totale delle persone di 14 anni e più.  
Fonte: Istat, Indagine Aspetti della vita quotidiana.
- 2. Soddisfazione per il tempo libero:** Percentuale di persone di 14 anni e più che si dichiarano molto o abbastanza soddisfatte per il tempo libero sul totale delle persone di 14 anni e più.  
Fonte: Istat, Indagine Aspetti della vita quotidiana.
- 3. Giudizio positivo sulle prospettive future:** Percentuale di persone di 14 anni e più che ritengono che la loro situazione personale migliorerà nei prossimi 5 anni sul totale delle persone di 14 anni e più.  
Fonte: Istat, Indagine Aspetti della vita quotidiana.
- 4. Giudizio negativo sulle prospettive future:** Percentuale di persone di 14 anni e più che ritengono che la loro situazione personale peggiorerà nei prossimi 5 anni sul totale delle persone di 14 anni e più.  
Fonte: Istat, Indagine Aspetti della vita quotidiana.

## Indicatori per regione e ripartizione geografica

REGIONI RIPARTIZIONI GEOGRAFICHE	Soddisfazione per la propria vita (a)	Soddisfazione per il tempo libero (a)
	2022	2022
Piemonte	48,7	67,4
Valle d' Aosta/Vallée d' Aoste	52,6	65,8
Liguria	46,1	69,0
Lombardia	50,1	68,8
Trentino-Alto Adige/Südtirol	61,8	76,0
<i>Bolzano/Bozen</i>	<i>65,3</i>	<i>79,5</i>
<i>Trento</i>	<i>58,4</i>	<i>72,6</i>
Veneto	47,5	64,3
Friuli-Venezia Giulia	46,5	65,0
Emilia-Romagna	48,7	67,4
Toscana	44,2	67,2
Umbria	49,9	71,2
Marche	44,4	63,9
Lazio	45,9	66,6
Abruzzo	41,8	62,9
Molise	46,9	66,7
Campania	35,7	65,2
Puglia	42,6	61,2
Basilicata	44,7	63,2
Calabria	46,8	65,8
Sicilia	45,2	58,2
Sardegna	50,8	60,5
Nord	49,3	67,7
Nord-ovest	49,4	68,4
Nord-est	49,1	66,6
Centro	45,5	66,8
Mezzogiorno	42,4	62,2
Sud	40,5	63,8
Isole	46,6	58,8
Italia	46,2	65,7

(a) Per 100 persone di 14 anni e più.

## 8. Benessere soggettivo

205

Giudizio positivo sulle prospettive future (a)	Giudizio negativo sulle prospettive future (a)
<b>2022</b>	<b>2022</b>
28,7	15,1
27,8	14,3
27,4	15,2
32,7	11,4
30,6	12,0
28,6	11,7
32,5	12,3
29,0	14,0
29,0	16,6
27,8	15,3
28,7	15,2
26,3	14,7
25,3	18,1
32,1	12,3
31,2	12,5
25,5	16,3
30,2	9,4
28,6	10,3
30,8	8,5
24,8	13,7
24,7	13,4
34,1	9,9
30,0	13,6
31,0	12,8
28,7	14,6
29,8	14,1
28,4	11,3
29,0	10,7
27,1	12,6
<b>29,4</b>	<b>12,9</b>

