

IN OTTIMA COMPAGNIA

Il grande studio sull'amicizia in Svizzera

Di Jakub Samochowiec e Johannes C. Bauer



Impressum

Autori

Dr. Jakub Samochowiec, Dr. Johannes C. Bauer

Redazione

Adrian Lobe

Layout/illustrazione

Joppe Berlin, www.joppeberlin.com

GDI Research Board

Alain Egli, Karin Frick, Dr. Gianluca Scheidegger, Dr. Petra Tipaldi, Christine Schäfer

© GDI 2023

ISBN: 978-3-7184-7151-5

Committente

Federazione delle cooperative Migros

Direzione Società e cultura

Löwenbräukunst-Areal

Limmatstrasse 270

Casella postale 1766

CH-8031 Zurigo

Editore

GDI Istituto Gottlieb Duttweiler

Langhaldenstrasse 21

CH-8803 Rüschlikon

Indice

- 3 **Prefazione**
- 4 **In breve**
- 6 **Introduzione**
- 8 **Metodo**
- 9 **Che cos'è l'amicizia?**
- 11 **Come sono le amicizie in Svizzera?**
- 21 **Come si differenziano le amicizie nelle diverse fasi della vita?**
- 27 **Dall'inizio alla fine. Come si sviluppa il percorso delle amicizie?**
- 39 **Perché l'amicizia è importante?**
- 45 **Cosa fare?**
- 50 **Conclusione**
- 52 **Fonti**



Prefazione

Che durino una vita o meno, le relazioni di qualità con amiche e amici, partner e familiari non solo rendono la vita più piacevole, ma hanno anche effetti positivi sulla salute. Le amicizie contrastano il senso di solitudine e il «social distancing», oltre a rafforzare la coesione sociale. Con il nostro studio ci siamo posti l'obiettivo di scoprire quali altri effetti sortiscano le amicizie e come si diventi amici.

Il Percorso culturale Migros ha incaricato pertanto l'Istituto Gottlieb Duttweiler (GDI) di condurre il primo grande studio sull'amicizia in Svizzera. Lo studio del GDI dal titolo *In ottima compagnia* fornisce per la prima volta dati rappresentativi sulle amicizie in tutto il Paese, esaminando l'eterogeneità, l'importanza, le caratteristiche e le peculiarità di questa forma di relazione. Anche da noi è lecito parlare di «recessione dell'amicizia»? Che importanza rivestono le amicizie in Svizzera, quali sono le loro funzioni e le loro prerogative?

L'impegno sociale è insito nel DNA della Migros. La Migros si impegna dal 1957 attraverso il Percorso culturale Migros a favore dell'istruzione, della cultura, del tempo libero e della coesione sociale. Ci proponiamo di rafforzare le reti sociali nell'intento di accrescere la partecipazione, la tolleranza e il senso di comunità in Svizzera. A tal fine le amicizie svolgono un ruolo fondamentale.

Il presente studio mostra come nascono le amicizie, come vengono coltivate e quali effetti possono avere. Ma indipendentemente dal modo in cui vengono vissuti i legami individuali con gli amici, le amicizie rafforzano la coesione sociale, che a sua volta contribuisce in misura considerevole alla qualità della vita degli abitanti della Svizzera.

Vi auguro una buona lettura, ricca di spunti di riflessione e di interessanti scoperte sul tema dell'amicizia.

Cordiali saluti

Hedy Graber

Responsabile della Direzione Società e cultura, Federazione delle cooperative Migros

In breve

Nel primo grande studio sull'amicizia in Svizzera si sono analizzate approfonditamente le amicizie nel nostro Paese con tre approcci metodologici: mediante interviste qualitative in gruppi di discussione, un sondaggio quantitativo che ha coinvolto 3000 persone della Svizzera tedesca, italiana e francese nonché uno studio interventistico in cui alle persone partecipanti è stato chiesto di contattare qualcuno "del passato". I temi trattati sono illustrati a seguire.

Come sono le amicizie in Svizzera?

- > Mediamente le svizzere e gli svizzeri hanno una cerchia di amicizie strette di quattro persone e una cerchia allargata di otto persone, che frequentano qualche volta al mese. Queste cifre corrispondono grossomodo a quelle della Germania e degli Stati Uniti.
- > Le persone nella Svizzera italiana hanno in media 3.3 amicizie strette, nella Svizzera tedesca 3.9 e nella Svizzera francese 4.3. Di converso, le persone della Svizzera italiana dispongono di una cerchia di conoscenti più ampia (50) e frequentano le proprie amicizie almeno una volta alla settimana in misura maggiore (44%) rispetto alla Svizzera francese (41 conoscenti; 30% di incontri settimanali) e tedesca (30 conoscenti, 30% di incontri settimanali).
- > Complessivamente quasi tre quarti delle persone sono soddisfatte delle loro relazioni amicali. Se c'è una cosa che manca è il tempo. Circa la metà ritiene di avere almeno in parte troppo poco tempo per coltivare le proprie amicizie.
- > Entrare nelle cerchie amicali svizzere è difficile, perché sono relativamente statiche e si basano su rapporti di lunga data. Le persone immigrate lamentano che la grande importanza attribuita alla lealtà e alla fiducia vada a discapito del divertimento e della spontaneità. Pertanto, in particolare le persone immigrate giovani (al di sotto dei 35 anni) sono molto meno soddisfatte

delle proprie amicizie rispetto alle persone della stessa età cresciute in Svizzera.

Come si differenziano le amicizie nelle diverse fasi della vita?

- > Le amicizie cambiano con l'avanzare dell'età. Mediamente le persone anziane hanno meno amicizie, le frequentano più di rado, si sostengono con un minore coinvolgimento emotivo e impegno concreto e si confrontano di meno sui propri problemi e sentimenti. Tuttavia, a sentirsi sole sono in misura maggiore le persone giovani, mentre quelle più anziane sono piuttosto soddisfatte delle proprie amicizie. Le persone tra i 20 e i 35 anni con molte amicizie si sentono sole più o meno come le persone over 64 del tutto prive di amicizie. La solitudine, pertanto, non è un problema delle persone anziane, come si tende spesso a pensare.

Come iniziano le amicizie? Come finiscono?

- > Le amicizie strette nascono di rado: la metà delle persone intervistate ha instaurato soltanto una nuova amicizia stretta negli ultimi quattro anni. Anche se le buone amiche e i buoni amici non hanno bisogno di vedersi spesso, in molti casi per far nascere un'amicizia pare essere necessaria una fase iniziale impegnativa in termini di tempo.
- > L'amicizia necessita di affinità: solitamente le migliori amiche e i migliori amici hanno un'età molto simile e in quattro casi su cinque sono dello stesso sesso. Per quanto riguarda le affinità non demografiche, l'umorismo assume un ruolo decisivo.
- > Quasi la metà delle amiche e degli amici oggetto dell'intervista si è conosciuta a scuola, durante la formazione o sul lavoro; un altro quinto tramite amicizie comuni, la compagna, il compagno o la famiglia. Le persone più giovani si conoscono prevalentemente in contesti istitu-

zionalizzati come appunto la scuola, mentre quelle più anziane devono attivarsi maggiormente per cercare situazioni in cui stringere amicizie, come ad esempio vacanze, associazioni o anche piattaforme digitali. Di conseguenza, accade più frequentemente alle persone over 35 di conoscere le proprie migliori amiche o i propri migliori amici online rispetto a quelle più giovani.

- > Quando le amicizie finiscono, avviene tramite un progressivo allontanamento piuttosto che in modo brusco.

Perché le amicizie sono importanti?

Le amicizie hanno un significato individuale e sociale. Contribuiscono al benessere individuale, consentono alle persone di ricevere aiuto e sostegno, influenzano lo sviluppo della propria personalità, fanno sì che le persone si impegnino socialmente e prevengono gli estremismi.

Cosa fare per promuovere le amicizie?

- > Dai risultati dello studio si evince una serie di misure utili a promuovere le amicizie. Bisognerebbe ridurre le aspettative in termini di obblighi e dare maggiore fiducia ai nuovi contatti. I luoghi e le occasioni che permettono di instaurare contatti devono essere cercati o creati. Le opzioni digitali vengono spesso tacciate di superficialità, ma in realtà vengono utilizzate regolarmente e con successo per trovare amicizie.
- > Non sempre però servono nuovi contatti. Molte persone hanno amiche o amici del passato che hanno perso di vista. Uno studio interventistico condotto nell'ambito di questa ricerca ha evidenziato che la maggior parte dei soggetti partecipanti considera una telefonata a qualcuno "del passato" in maniera più positiva di quanto ipotizzato inizialmente e che l'80% circa ha poi ripreso a frequentarsi.

Se è vero che è difficile entrare nelle cerchie amicali svizzere, va detto però che la cultura della familiarità e della lealtà va anche a vantaggio di coloro che non riescono a inserirsi. Infatti, l'aiuto volontario informale da parte di persone sconosciute e la soddisfazione nei confronti del sistema politico è maggiore in quei Paesi dove è difficile stringere amicizie. Dato che le amicizie omogenee e di lungo corso contribuiscono a creare impegno, la difficoltà a stringere amicizie sembra essere il prezzo da pagare per godere di un sostegno generale e di un sistema politico stabile.



© GDI 2023

Committente

Federazione delle cooperative Migros
Direzione Società e cultura
Löwenbräukunst-Areal
Limmatstrasse 270
Casella postale 1766
CH-8031 Zurigo

Editore

GDI Istituto Gottlieb Duttweiler
Langhaldenstrasse 21
CH-8803 Rüschlikon