



Accademia
dei Campioni

Relazione sondaggio



ONBD
OSSERVATORIO NAZIONALE
SUL BULLISMO E SUL DISAGIO GIOVANILE



Gestione Cittadella
Space. Opportunity. Solutions.

Il Rapporto con il web e con i social

RELAZIONE SONDAGGIO

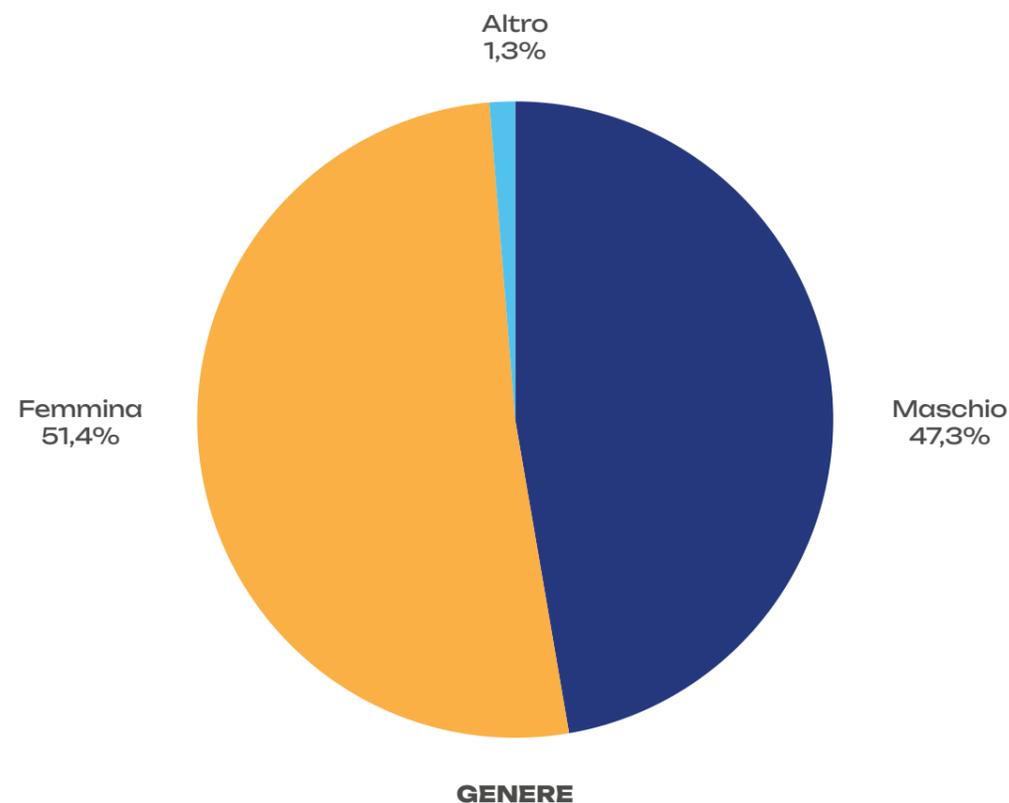
Modulo 1



Negli ultimi anni, il mondo digitale ha acquisito un ruolo sempre più centrale nella vita quotidiana degli adolescenti. Il web, i social media e gli smartphone non sono più strumenti accessori, ma veri e propri ambienti di vita. Per comprendere meglio questo fenomeno, abbiamo realizzato un sondaggio a cui hanno partecipato 11.300 ragazzi tra gli 11 e i 19 anni. Il nostro obiettivo era raccogliere dati realistici, diretti, che potessero servire da base per una riflessione educativa, culturale e sociale.

1 Identità e genere: un dato che parla del presente

Alla domanda sul genere, i partecipanti si sono identificati così:



Questo dato ci invita a riconoscere la crescente varietà e complessità delle identità di genere tra gli adolescenti. Il web, in questo senso, è spesso uno spazio in cui i giovani esplorano, esprimono o difendono la propria identità, a volte in modo anonimo, a volte attraverso esperienze digitali più intense rispetto alla vita "reale".

La questione dell'identità di genere è oggi uno dei temi più rilevanti e complessi nel panorama educativo, sociale e culturale. Il contesto adoles-

centiale è particolarmente delicato: è il momento in cui i ragazzi e le ragazze iniziano a porsi domande fondamentali su chi sono, che ruolo vogliono assumere nella società e come vogliono essere percepiti. In questo processo, il web e i social media giocano un ruolo cruciale: da una parte offrono opportunità straordinarie di esplorazione e confronto, dall'altra pongono sfide importanti sul piano della sicurezza, dell'autenticità e della pressione sociale.

Identità di genere: non più una dicotomia

Nel sondaggio da noi condotto su oltre 11.000 adolescenti tra gli 11 e i 19 anni, 148 ragazzi hanno scelto di non identificarsi né come maschio né come femmina, selezionando l'opzione "Altro". Si tratta di un dato piccolo in termini percentuali (circa l'1,3%) ma enorme in termini culturali. Esso riflette una realtà che molti adulti faticano a riconoscere: l'identità di genere non è più vissuta da tutti come un binarismo statico, ma come uno spettro fluido, dinamico, che può variare nel tempo.

Questo dato ci invita a ripensare le categorie tradizionali con cui interpretiamo l'adolescenza e a considerare seriamente il bisogno dei giovani di essere ascoltati e accolti nella loro autenticità, anche quando questa rompe gli schemi consueti.

Sviluppo dell'Identità e Sé Digitale. Esplorazione e Sperimentazione:

Questo dato sull'identità di genere riflette un'importante fase di esplorazione del sé, amplificata dalle opportunità di connessione e sperimentazione offerte dal web. Il web offre un palcoscenico dove i giovani possono sperimentare diversi ruoli, interessi e presentazioni di sé senza le conseguenze immediate del mondo reale. I profili online possono diventare laboratori identitari dove i giovani provano diverse presentazioni di sé e cercano validazione. Tuttavia, è cruciale considerare anche il rischio di una frammentazione dell'identità se queste esplorazioni non vengono integrate in un senso di sé coeso e autentico. I profili falsi, in quest'ottica, possono rappresentare tentativi di esplorare "sé possibili" o di gestire l'ansia legata al giudizio sociale. La validazione esterna ottenuta online può influenzare l'autostima, rendendola potenzialmente dipendente da feedback virtuali.

Il web come spazio identitario

Per molti adolescenti, il web non è semplicemente uno strumento, ma uno spazio vitale in cui si esprimono e si definiscono. In particolare: Piattaforme come TikTok, Instagram, Reddit e Discord permettono di esplorare comunità dove l'identità può essere sperimentata senza giudizi immediati. I profili social diventano una vetrina del sé, dove l'immagine, i contenuti pubblicati e persino i nickname riflettono una ricerca identitaria profonda. Attraverso i social, i giovani entrano in contatto con comunità LGBTQ+ o realtà non binarie che nelle loro scuole o contesti familiari potrebbero non esistere. Il web diventa per molti un luogo di liberazione: un adolescente che non si sente riconosciuto nel proprio ambiente scolastico o familiare può trovare online accettazione, parole, modelli e supporto. Tuttavia, può diventare anche un rifugio ambiguo, dove l'identità viene idealizzata, messa sotto pressione o esposta a giudizi feroci.

Profili multipli e identità fluide

Nel nostro sondaggio, quasi 3.000 adolescenti hanno dichiarato di aver creato profili falsi, molti dei quali su Instagram e TikTok. In alcuni casi si tratta di gioco o anonimato, ma in molti altri è il sintomo di un bisogno di esplorare parti di sé che non si sentono liberi di esprimere con l'identità "ufficiale". Il fenomeno dei profili alternativi o "secondari" (i cosiddetti finsta, fake Instagram) è spesso sottovalutato, ma ci dice che gli adolescenti non vogliono nascondersi: vogliono esistere in modo autentico, ma sicuro. E se non trovano accoglienza nel mondo reale, cercano spazi digitali dove poterlo fare.

Il ruolo degli adulti: educare all'ascolto attivo e alla presenza consapevole, bilanciando con la necessità di monitoraggio e protezione.

Di fronte alla crescente varietà e fluidità delle espressioni identitarie online, la reazione immediata degli adulti è spesso guidata dall'ansia e dalla preoccupazione, manifestandosi attraverso il controllo, la censura o persino la negazione di queste realtà. Tuttavia, un approccio puramente reattivo rischia di alienare i giovani e di chiudere i canali di comunicazione proprio nel momento in cui ne avrebbero più bisogno.

Ma ciò che serve è l'opposto: ascolto profondo ed attivo. Questo implica sospendere il giudizio, cercare di comprendere la prospettiva dell'adolescente, validare le sue emozioni (anche se non si condividono le sue idee) e creare uno spazio di fiducia in cui possa sentirsi libero di esprimersi senza timore di ripercussioni negative. Parallelamente all'ascolto, è cruciale l'educazione all'empatia e alla comprensione delle differenze. Aiutare i giovani a sviluppare la capacità di mettersi nei panni degli altri, di riconoscere e rispettare la diversità delle esperienze identitarie (sia online che offline) è un passo fondamentale per costruire una società più inclusiva e tollerante.

La creazione di spazi sicuri anche offline riveste un'importanza cruciale. Questi ambienti (familiari, scolastici, comunitari) devono essere caratterizzati da un clima di accettazione e riconoscimento, dove ogni adolescente possa sentirsi autenticamente visto e valorizzato, indipendentemente dalla sua identità di genere o dalla sua espressione.

È fondamentale sottolineare che l'identità di genere non è una "moda" o un capriccio adolescenziale, ma un aspetto intrinseco e centrale della costruzione del sé. Minimizzare o negare queste esperienze può avere un impatto negativo sul benessere psicologico dei giovani.

Tuttavia, riconoscere l'importanza dell'ascolto e dell'accoglienza non significa abdicare al

ruolo genitoriale di monitoraggio e protezione. Soprattutto nell'ambiente digitale, dove i rischi di cyberbullismo, adescamento e contenuti inappropriati sono reali, i genitori hanno la responsabilità di essere presenti e consapevoli delle attività online dei propri figli.

Questo monitoraggio, però, dovrebbe evolvere con la crescita dell'adolescente, passando da un controllo più diretto in età precoce a una supervisione più discreta e basata sul dialogo e sulla fiducia man mano che acquisisce maggiore autonomia. L'obiettivo non è spiare o limitare la libertà, ma educare a un uso responsabile e consapevole del web, fornendo gli strumenti per riconoscere i pericoli e sviluppare strategie di autoprotezione.

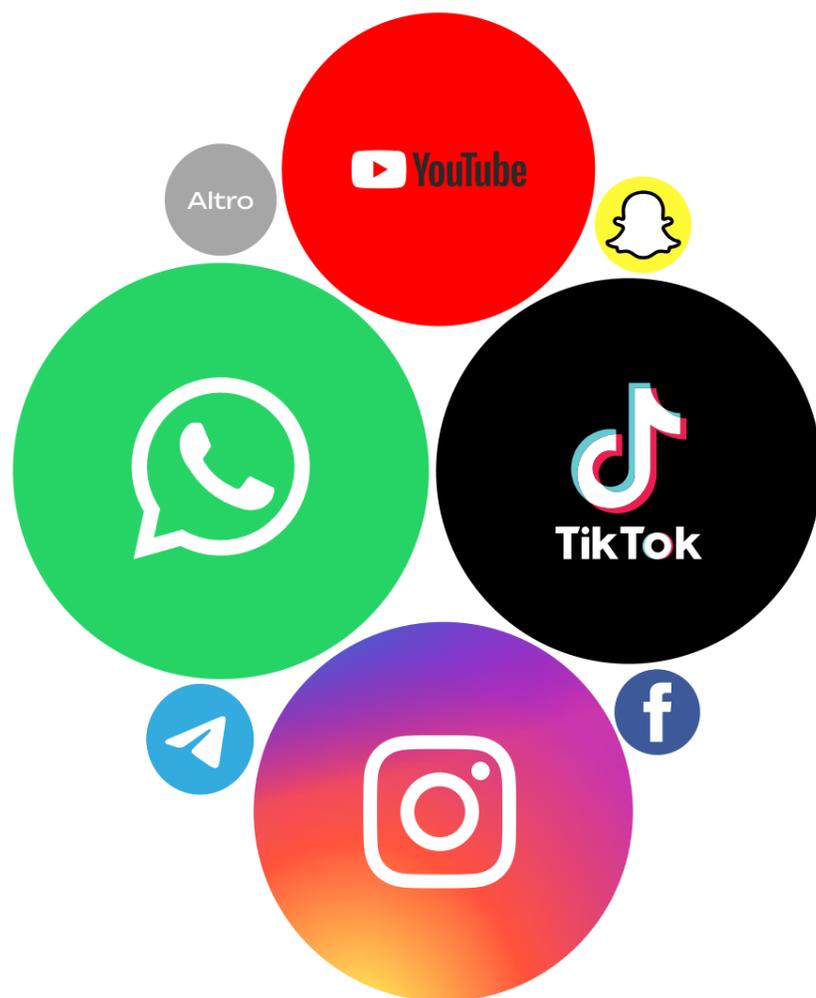
Il web è oggi uno dei più potenti strumenti di costruzione identitaria tra gli adolescenti. Se da un lato favorisce libertà, visibilità e connessione, dall'altro può accentuare fragilità, esposizione e confusione. Il compito di noi adulti, educatori, genitori, istituzioni, è quello di: offrire strumenti per decodificare il mondo digitale, creare contesti di ascolto e dialogo reale, sostenere ogni giovane nel percorso, talvolta complesso, di diventare se stesso.

In sintesi, il ruolo degli adulti si configura come un delicato equilibrio tra l'offerta di un ascolto empatico e di uno spazio di accettazione incondizionata, e l'esercizio di una supervisione responsabile e orientata alla protezione e all'educazione alla sicurezza online. I giovani non chiedono agli adulti di avere tutte le risposte, ma di essere presenti con mente aperta nel dubbio, nel confronto e nel loro percorso di crescita, offrendo al contempo una guida sicura nel complesso mondo digitale.

Solo così il web potrà diventare uno spazio non solo virtuale, ma profondamente umano.

2 Quali social usano: la centralità della comunicazione immediata

Alla domanda "Quali social utilizzi più frequentemente?", ecco i risultati:



WhatsApp e TikTok dominano, confermando la centralità della comunicazione istantanea e dei contenuti brevi e visivi. YouTube rimane un riferimento per l'intrattenimento e l'informazione visiva. Il calo di Snapchat e Telegram, usati in percentuali molto più basse, segnala una migrazione verso piattaforme dove la gratificazione è immediata e l'engagement costante. Ma a fronte di questa centralità, quanti adolescenti sono davvero consapevoli del modo in cui i social condizionano i loro pensieri e comportamenti?

LA CENTRALITÀ DELLA COMUNICAZIONE IMMEDIATA NEI SOCIAL MEDIA: OPPORTUNITÀ E RISCHI PER GLI ADOLESCENTI

1. Un ecosistema della rapidità

I dati raccolti nel nostro sondaggio parlano chiaro: tra gli adolescenti, WhatsApp (8.681 risposte) e TikTok (7.432) sono i social più usati. Questo conferma che la comunicazione istantanea e la fruizione di contenuti rapidi e visivi sono oggi al centro delle interazioni digitali giovanili. YouTube, con 4.915 risposte, continua a mantenere un ruolo centrale per l'informazione e l'intrattenimento, ma subisce la concorrenza di piattaforme più dinamiche. Snapchat e Telegram, in forte

calo, segnalano una migrazione verso ambienti che offrono maggiore "engagement", cioè: gratificazione immediata, possibilità di espressione sintetica, reazioni e feedback istantanei. Questa accelerazione dei ritmi comunicativi ha modificato non solo i canali, ma anche le modalità del pensare, parlare e persino sentire. Il tempo lungo, l'argomentazione, la riflessione sono progressivamente sostituiti da: emoji, reaction rapide, frasi brevi, video di pochi secondi.

2. Effetti cognitivi: attenzione, memoria, superficialità

Le neuroscienze ci avvertono: la fruizione compulsiva di contenuti brevi e stimolanti può condurre a una forma di assuefazione cognitiva.

Tra gli effetti più rilevanti:

- abbassamento della soglia di attenzione, con difficoltà a mantenere la concentrazione per lunghi periodi;
- frammentazione della memoria, dovuta alla rapida alternanza di stimoli visivi e sonori;
- riduzione della capacità critica, perché il tempo di riflessione è sostituito dalla reazione emotiva immediata.

Un adolescente che consuma decine o centinaia di brevi contenuti al giorno entra in una dinamica mentale che **privilegia l'istantaneo**, l'effimero, il reattivo. Quanto spazio resta per **l'elaborazione personale**, per il dubbio, per il **confronto reale**?

3. La gratificazione immediata: il meccanismo della dopamina

Le piattaforme come TikTok o Instagram sono progettate per massimizzare il rilascio di dopamina, ovvero il neurotrasmettitore legato al piacere e alla ricompensa. Un video divertente, un like, un messaggio ricevuto: tutto diventa uno stimolo che attiva il cervello, spingendo l'utente a cercare costantemente nuove interazioni.

Questa dinamica crea una forma di dipendenza sottile, che non ha bisogno di sostanze per agire. Il rischio non è solo tecnologico, ma educativo: un adolescente che impara a cercare costantemente approvazione, reazione e visibilità, rischia di perdere il contatto con la profondità, la pazienza, l'autenticità.

4. L'illusione della libertà: chi guida davvero le scelte?

A fronte di questa centralità dei social, la domanda più urgente è: quanto sono consapevoli gli adolescenti di quanto queste piattaforme condizionano i loro pensieri, i loro gusti, i loro comportamenti?

Il nostro sondaggio rivela che più di 8.000 ragazzi dichiarano che il web influenza "poco o per niente" le loro scelte personali. È davvero così?

Questa discrepanza tra percezione e realtà è uno dei grandi nodi critici: i giovani credono di essere liberi, mentre in realtà i loro comportamenti sono spesso guidati: dagli algoritmi, dalle tendenze virali, dal desiderio di aderire a modelli "vincenti". I social non sono solo strumenti di comunicazione: sono ambienti che modellano l'identità, le relazioni e le priorità.

La discrepanza tra la **percezione di autonomia** e l'effettiva influenza degli algoritmi e delle dinamiche social sottolinea la necessità di **sviluppare una maggiore metacognizione digitale nei giovani.**

5. Educare al tempo digitale: consapevolezza e autonomia

L'unica risposta sostenibile a questa realtà è l'educazione alla consapevolezza digitale.

Non si tratta di demonizzare le tecnologie, ma di aiutare i giovani a riconoscere i meccanismi psicologici che li influenzano, sviluppare una capacità critica nel consumo dei contenuti, favorire momenti di disconnessione e riflessione reale.

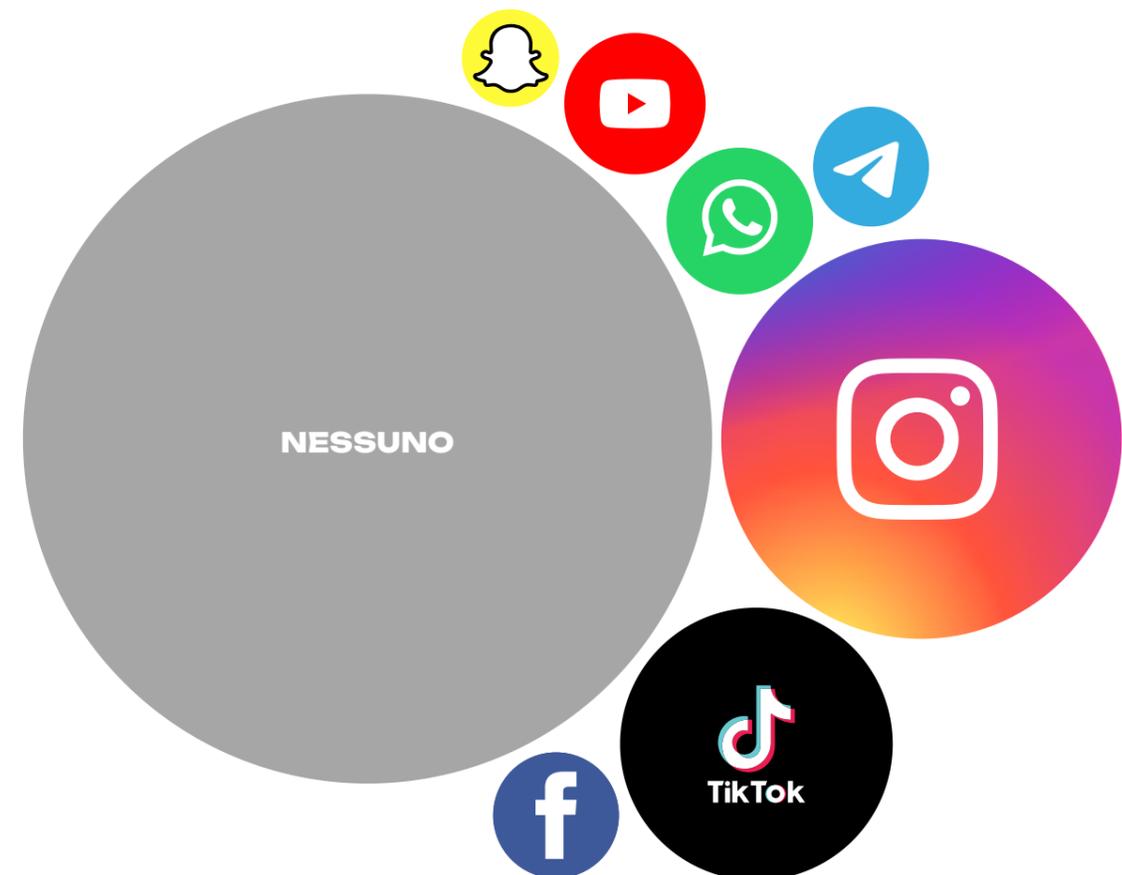
Serve una nuova alfabetizzazione, non solo tecnologica ma cognitiva ed emotiva.

La centralità della comunicazione istantanea tra gli adolescenti è un dato evidente e innegabile. Ma è proprio questa centralità a richiedere uno sguardo più attento, profondo, educativo.

Il tempo dei social non è il tempo dell'apprendimento, né quello della maturazione personale. Restituire ai giovani il tempo per pensare, scegliere e comprendere è forse la sfida più grande che abbiamo davanti.

3 L'identità online e i profili falsi: gioco o allarme?

Abbiamo chiesto ai ragazzi se avessero mai creato profili falsi. Le risposte:



IDENTITÀ ONLINE E PROFILI FALSI: TRA GIOCO, ANONIMATO E SEGNALI DI ALLARME

Un dato che interpella: 27% di profili falsi

Questi dati suggeriscono che circa 3.000 ragazzi (quasi 27%) hanno creato almeno un profilo falso. Si tratta di un fenomeno che può avere molteplici significati:

curiosità, desiderio di anonimato, tentativi di evadere il controllo degli adulti, o anche comportamenti a rischio come cyberbullismo o manipolazione.

Serve qui un approfondimento culturale: l'identità digitale non è più una semplice estensione di sé, ma talvolta una costruzione parallela, con

implicazioni importanti in termini di responsabilità e sicurezza.

Dal nostro sondaggio, quasi 3.000 adolescenti su 11.300, pari a circa il 27%, hanno dichiarato di aver creato almeno un profilo falso su una piattaforma social, in particolare su:

Instagram (2.679 profili) e TikTok (1.263) YouTube, WhatsApp e altre.

Un numero rilevante, che non può essere liquidato come una semplice "fase adolescenziale", ma che merita una riflessione attenta.

Le molte facce del fenomeno

La creazione di profili falsi può avere motivazioni molto diverse tra loro:

A. Curiosità e sperimentazione

Per alcuni adolescenti, il profilo alternativo è uno spazio di esplorazione: provano a essere "qualcun altro" per gioco, per osservare come cambiano le reazioni degli altri, per sperimentare sé stessi in forme nuove.

A. Anonimato e protezione

Molti giovani scelgono l'anonimato per proteggere la propria identità reale, evitando esposizione e giudizio. In un mondo dove l'apparenza conta moltissimo, nascondersi può essere un modo per esprimersi con maggiore libertà.

A. Evasione dal controllo degli adulti

Alcuni profili nascosti sono un tentativo di sottrarsi alla sorveglianza dei genitori o degli insegnanti. Un modo per comunicare, seguire contenuti o interagire senza filtri o limiti imposti.

A. Comportamenti a rischio

In altri casi, purtroppo, il profilo falso diventa uno strumento di attacco o manipolazione: può servire per fare cyberbullismo, diffondere contenuti inappropriati, molestare coetanei o adulti, aggirare limiti d'età imposti dalle piattaforme.

Un gioco che può diventare pericoloso

Molti ragazzi considerano la creazione di profili fake un semplice gioco di ruolo digitale. Ma la linea tra sperimentazione e rischio è sottile. Dietro l'anonimato, la percezione della responsabilità personale si abbassa. Questo può portare a:

comportamenti aggressivi, contenuti offensivi o dannosi, perdita del senso di conseguenze reali. L'identità online, anche quando "falsa", non è mai priva di effetti reali. Le relazioni che si creano, i contenuti che si condividono, le parole che si

scrivono non restano nel virtuale, ma incidono sulla realtà sociale e psicologica dell'individuo. Questa disconnessione tra l'identità fittizia e le conseguenze reali può ostacolare lo sviluppo di

un senso di responsabilità interiorizzato e di una piena consapevolezza dell'impatto delle proprie azioni sugli altri.

Identità digitale: frammentazione o moltiplicazione del sé?

La moltiplicazione dei profili è anche segno della frammentazione dell'identità: i ragazzi sentono di doversi adattare a pubblici diversi, a contesti diversi, a volte anche a sé stessi in momenti diversi. Così, il sé digitale si divide:

in un profilo "ufficiale" per genitori e adulti, in uno "privato" per amici, in uno "alternativo" dove si possono sfogare, trasgredire o nascondersi.

Questa frammentazione non è solo digitale: è una manifestazione di insicurezza, di bisogno di appartenenza e allo stesso tempo di autonomia, tipica dell'età adolescenziale. Ma senza una guida educativa, rischia di lasciare i ragazzi senza un centro stabile. Questa continua negoziazione di diverse "versioni" di sé può generare confusione

identitaria e rendere più complesso il processo di costruzione di un'identità unitaria e autentica. Che cosa possiamo fare come adulti, educatori, istituzioni

Il fenomeno dei profili falsi non va ignorato né demonizzato. Va compreso, analizzato, incanalato. Ecco alcune azioni possibili:

Parlare apertamente con i ragazzi dell'identità digitale, senza moralismi; Educare al valore dell'autenticità, alla responsabilità nei comportamenti online; Creare ambienti digitali sicuri, dove i ragazzi possano esprimersi senza bisogno di maschere; Osservare segnali di disagio o di chiusura, che a volte si nascondono proprio dietro a un'identità fittizia.

Queste azioni mirano a promuovere un senso di sicurezza e accettazione che riduca il bisogno di ricorrere a identità fittizie come meccanismo di difesa o esplorazione nascosta.

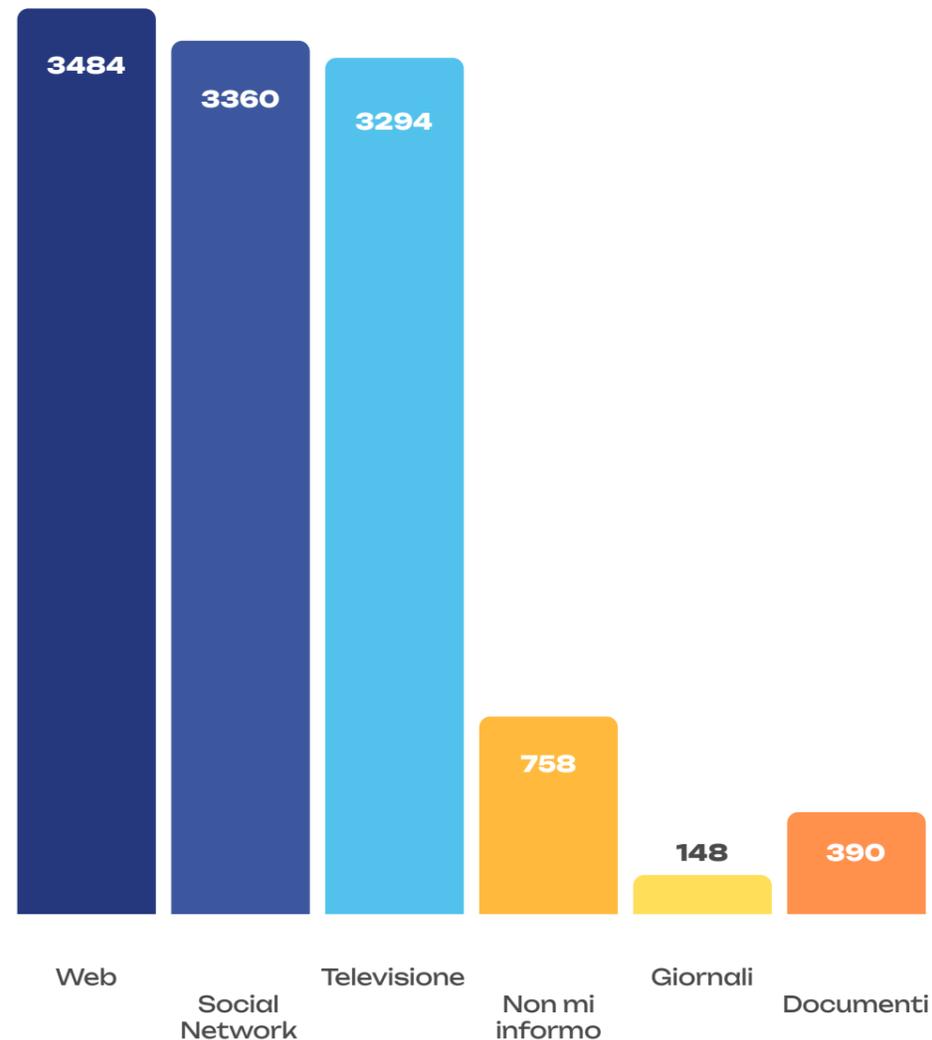
Conclusione

La creazione di profili falsi tra gli adolescenti è un fenomeno complesso, che oscilla tra gioco, difesa, e rischio. È uno specchio della fragilità e fluidità dell'identità in fase evolutiva, e del ruolo ambiguo che il web può assumere nella crescita personale.

Sta a noi adulti trasformare il web da rifugio opaco a spazio educativo e autentico, in cui ogni ragazzo possa imparare a esistere anche digitalmente, in modo consapevole, rispettoso e sicuro. L'obiettivo è accompagnare gli adolescenti nello sviluppo di un sé digitale autentico e responsabile, in cui la sperimentazione e l'espressione di sé possano avvenire in un contesto di sicurezza e consapevolezza delle proprie azioni e delle loro conseguenze.

4 Come si informano: il tramonto della stampa, il peso dei social

Alla domanda "Dove ti informi sulle notizie del mondo?", ecco i dati:



IL DECLINO DELL'INFORMAZIONE TRADIZIONALE

Il dato allarmante non è solo che i giornali cartacei sono ormai irrilevanti tra i giovani, ma che 746 ragazzi dichiarano di non informarsi affatto. I social e il web sono ormai le fonti principali, ma quale è la qualità dell'informazione che ricevono? Algoritmi, bolle informative, fake news e viralità possono distorcere la percezione della realtà. Il bisogno di educazione mediatica e senso critico è urgente.

I giornali cartacei, così come la televisione generalista, sono sempre meno seguiti dai giovani. Le ragioni principali sono:

- Mancanza di immediatezza rispetto ai social;
- Linguaggio percepito come distante o poco coinvolgente;
- Difficoltà di accesso (costi, abbonamenti, formati poco pratici);
- Perdita di fiducia nelle fonti istituzionali o "ufficiali".

Questo spostamento verso fonti di informazione online e social media solleva preoccupazioni riguardo allo sviluppo del pensiero critico e alla capacità di valutare l'attendibilità delle fonti. La tendenza a fidarsi di figure percepite come "autentiche" (influencer, creator) rispetto a fonti giornalistiche tradizionali può essere legata a meccanismi di identificazione e a una minore familiarità con i processi di verifica e validazione dell'informazione. La "filter bubble" e il "confirmation bias" possono rinforzare le opinioni preesistenti e rendere più difficile l'apertura a prospettive diverse, limitando la crescita intellettuale e la comprensione della complessità del mondo.

Social media e web: le nuove fonti

Per la Gen Z (e sempre più per la Gen Alpha), l'informazione si consuma principalmente su:

- TikTok, Instagram, YouTube: dove il contenuto è breve, visivo, personalizzato;
- Algoritmi che mostrano notizie in base agli interessi e comportamenti passati;
- Creator e influencer percepiti come più autentici dei giornalisti.

Ma queste piattaforme non sono progettate per informare in modo oggettivo. Il loro obiettivo primario è massimizzare l'engagement.

Algoritmi, bolle informative e distorsioni

Gli algoritmi selezionano i contenuti da mostrare in base a ciò che l'utente ha già apprezzato: è

il principio della filter bubble. Questo comporta:

- Polarizzazione delle opinioni;
 - Conferma dei pregiudizi (confirmation bias);
 - Difficoltà a confrontarsi con visioni diverse.
- Inoltre, la velocità con cui si diffondono le fake news, spesso più emozionanti e virali delle notizie vere, può alterare la percezione della realtà.

Qual è la qualità dell'informazione oggi?

La qualità dipende dalla fonte e dal contesto. Sul web si trova di tutto:

- Ottimo giornalismo (anche indipendente e innovativo);
- Disinformazione organizzata (per fini politici o economici);
- Contenuti non verificati che circolano come verità.

Il problema è che molti giovani non sono formati a distinguere tra fonti affidabili e non.

Quali sono le conseguenze?

- Disimpegno civico: chi non si informa tende a non partecipare;
- Vulnerabilità alla manipolazione;
- Difficoltà a sviluppare pensiero critico.

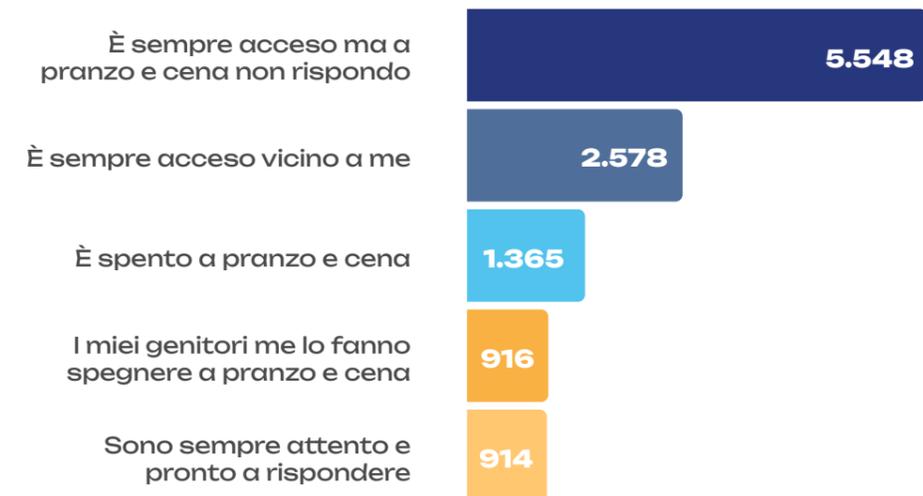
Cosa si può fare?

- Educazione all'informazione digitale (media literacy): serve nelle scuole, nei progetti educativi, anche tramite i social stessi;
- Promozione di fonti attendibili tramite linguaggi e formati adatti ai giovani;
- Responsabilizzazione delle piattaforme rispetto alla qualità dell'informazione diffusa;
- Valorizzazione del giornalismo di qualità accessibile e coinvolgente.

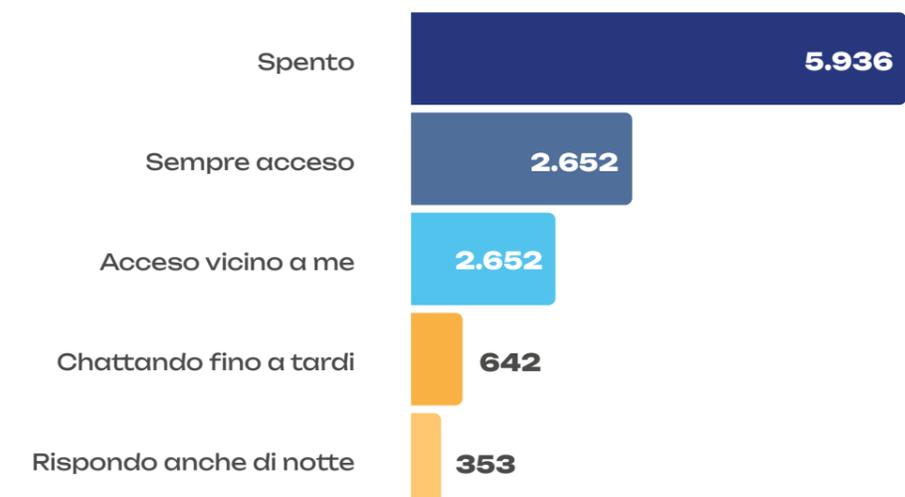
5

Lo smartphone nella vita quotidiana: sempre connessi, mai veramente disconnessi

Alla domanda su come viene usato lo smartphone durante il giorno:



Alla domanda su come viene usato lo smartphone durante la notte:



Il sondaggio ha offerto uno spaccato significativo del ruolo dello smartphone nella vita quotidiana dei ragazzi. I dati raccolti evidenziano come, nonostante alcuni tentativi di moderazione, lo smartphone sia ormai una presenza costante, anche nei momenti che dovrebbero essere dedicati al distacco, alla riflessione o alla relazione familiare.

Questi dati indicano che solo una piccola parte (circa il 12%) esercita un'autoregolazione reale, spegnendo volontariamente il dispositivo. La maggioranza, pur non rispondendo, rimane connessa, dimostrando una dipendenza latente o una difficoltà a separarsi dall'oggetto digitale, anche temporaneamente.

Il comportamento notturno è ancora più allarmante:

Questi numeri evidenziano una gestione del tempo digitale fortemente autoregolata, spesso disorganizzata. L'interazione notturna con lo smartphone ha conseguenze documentate sulla qualità del sonno, con effetti negativi sulla memoria, la concentrazione scolastica, l'umore e la salute mentale.

Dal sondaggio emergono due tendenze evidenti:

Presenza costante dello smartphone: lo smartphone accompagna i ragazzi anche in momenti dove sarebbe opportuno "staccare". La connessione continua non garantisce vera comunicazione, ma anzi contribuisce a una sorta di "presenza assente".

Autogestione digitale disordinata: molti adolescenti non sembrano avere strumenti o regole per gestire il tempo trascorso online. Questo squilibrio tra connessione e disconnessione può portare a difficoltà di concentrazione, dipendenza, isolamento e disagio psicologico.

Conclusioni e riflessioni

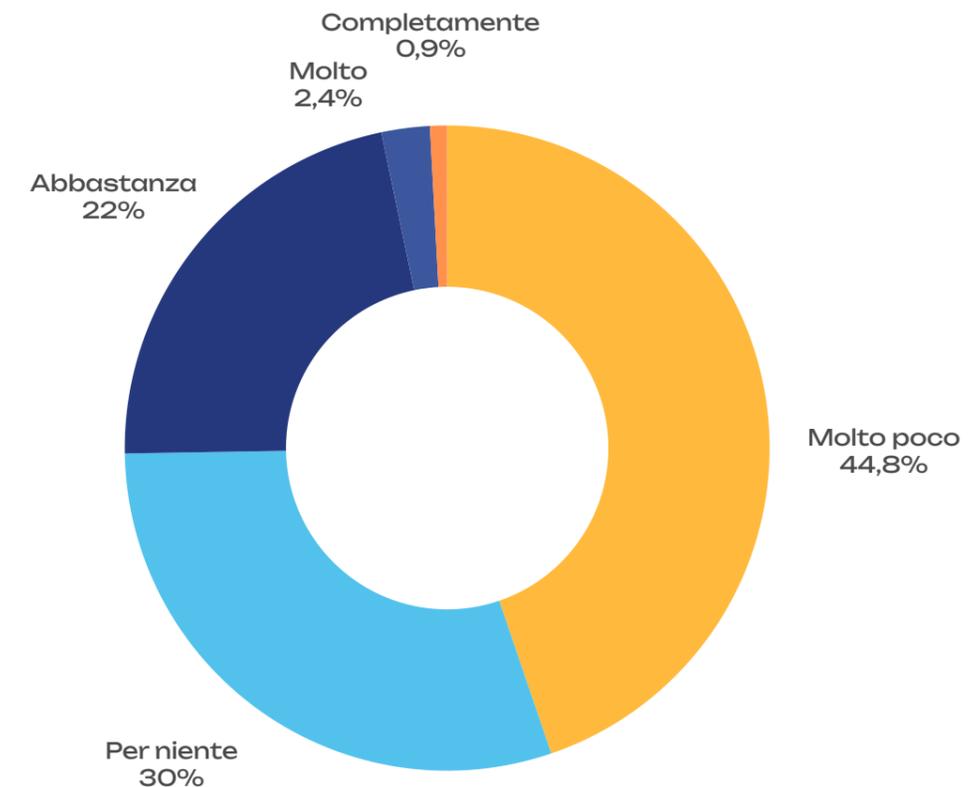
La dipendenza dallo smartphone si manifesta non solo nell'uso eccessivo, ma anche nell'incapacità di separarsene nei momenti chiave della giornata.

La costante connessione può contribuire a stati di ansia da disconnessione, a una ridotta capacità di tollerare la noia e a una difficoltà nel concentrarsi sul "qui e ora". La "presenza assente" durante i momenti di interazione sociale reale può compromettere la qualità delle relazioni e lo sviluppo di competenze sociali. Inoltre, l'uso notturno dello smartphone interferisce con i ritmi circadiani e la qualità del sonno, con conseguenze negative sul benessere emotivo e cognitivo.

La sfida non è demonizzare la tecnologia, ma educare a un uso consapevole, aiutando i giovani a riconoscere i segnali di sovraccarico digitale. È fondamentale promuovere ambienti (familiari e scolastici) dove la connessione non sia solo digitale, ma anche umana e consapevole.

6 L'influenza del web sulle scelte personali

Alla domanda "Quanto il web influenza le tue scelte personali?":



Molti adolescenti affermano che il web e i social media hanno un'influenza minima o nulla sulle loro scelte personali. Tuttavia, questa convinzione è spesso frutto di una percezione soggettiva non del tutto aderente alla realtà. Il digitale, in particolare i social, esercita un'influenza sottile ma profonda, capace di orientare gusti, valori, comportamenti e perfino l'immagine di sé, spesso senza che i giovani ne siano realmente consapevoli.

Serve aiutare i ragazzi a riconoscere questa influenza, per gestirla in modo critico e consapevole, educarli a una cittadinanza digitale consapevole.

I dati che abbiamo raccolto ci offrono uno spaccato prezioso, ma anche problematico:

Gli adolescenti vivono immersi nel digitale, senza reali strumenti di difesa o riflessione critica.

Il web rappresenta per loro spazio di relazione, informazione e identità, ma anche rischio, confusione e manipolazione.

L'INFLUENZA INVISIBILE: COME IL WEB GUIDA (INCONSAPEVOLMENTE) LE SCELTE DEGLI ADOLESCENTI

Il paradosso della percezione: “non mi influenza, ma cambio”

Le ricerche psicologiche dimostrano che l'influenza dei social avviene prevalentemente a livello implicito. Gli adolescenti, esposti quotidianamente a contenuti selezionati da algoritmi che amplificano modelli dominanti, finiscono per assorbirli gradualmente:

- Si vestono secondo trend visti su TikTok o Instagram.

- Ascoltano artisti musicali promossi da influencer o community.
- Adottano slang, posture e stili comunicativi dei creator più seguiti.

Eppure, quando interrogati direttamente, spesso dichiarano che queste scelte siano frutto del "proprio gusto". Questo dimostra come la percezione dell'autonomia decisionale possa non riflettere l'effettiva origine delle scelte.

Opinioni e valori: la lente del web sulla realtà

Il web è anche un amplificatore di idee e dibattiti. Molti adolescenti formano le loro opinioni su temi sociali, politici, ambientali o culturali in base a ciò che leggono e vedono online. I contenuti brevi e virali tendono a semplificare temi complessi, polarizzando il pensiero.

Ciò può generare:

- Opinioni poco approfondite ma fortemente emotive.
- Conformismo all'interno delle community online.
- Difficoltà a sviluppare un pensiero critico e indipendente.

Corpo, autostima e confronto sociale

Uno degli ambiti più delicati è quello della percezione del corpo e dell'autostima. I social offrono modelli estetici idealizzati, spesso irrealistici, a cui i giovani si confrontano quotidianamente. Questo può portare a:

- Insoddisfazione del proprio aspetto.
- Ansia da prestazione (anche sui risultati scolastici o sportivi).

- Bassa autostima e aumento dei disturbi legati all'immagine corporea.
- Anche quando un adolescente sostiene di "non sentirsi influenzato", l'esposizione costante a determinati standard può modificare inconsapevolmente i propri criteri di bellezza o successo.

Il ruolo delle piattaforme e degli algoritmi

Un aspetto spesso ignorato è il ruolo degli algoritmi che governano i social. Questi non mostrano semplicemente ciò che "ci piace", ma ciò che ci tiene più a lungo connessi. In questo modo: I contenuti più estremi o polarizzanti vengono

premiati.

I gusti e le opinioni vengono modellati in ambienti "chiusi", senza contraddittorio.

Le scelte personali diventano sempre meno autonome e più "guidate".

CONCLUSIONI

Dall'analisi svolta emergono chiaramente le molte sfaccettature dell'esperienza digitale adolescenziale contemporanea. Da un lato, il web e i social media offrono ai ragazzi opportunità inedite di espressione di sé, di connessione sociale e di accesso all'informazione; dall'altro, presentano rischi e implicazioni non trascurabili sul piano psicologico, cognitivo e sociale. I risultati del nostro sondaggio – letti alla luce delle evidenze scientifiche più recenti – delineano un quadro complesso in cui vantaggi e criticità coesistono. È cruciale considerare come questa dualità influenzi lo sviluppo dell'identità, l'autostima e il benessere mentale degli adolescenti.

Sul fronte identitario, il digitale fornisce nuovi spazi in cui gli adolescenti possono sperimentare liberamente ruoli e aspetti della propria personalità, compresi quelli legati all'identità di genere. Il fatto che nel campione analizzato una minoranza (per quanto esigua) non si identifichi nel binarismo "maschio/femmina" segnala che le nuove generazioni stanno ridefinendo i confini dell'identità anche grazie al confronto online. Ciò richiede un approccio educativo inclusivo, capace di comprendere e valorizzare la pluralità delle identità in gioco, accompagnando i giovani in un percorso di autoconsapevolezza integrato tra vita reale e vita digitale. Questo sottolinea la necessità di supportare i giovani nella costruzione di un'identità coesa e autentica, navigando tra le diverse presentazioni di sé online e offline.

Per quanto riguarda le abitudini d'uso, l'adesione quasi universale ai social network e la predilezione per forme comunicative istantanee evi-

denziano come la cultura adolescenziale si stia plasmando attorno ai paradigmi della connessione permanente e della brevità propri dell'era digitale. Questo comporta benefici in termini di interconnessione e rapidità di scambio, ma solleva anche il problema di allenare competenze cognitive diverse rispetto al passato: capacità di concentrazione prolungata, pensiero critico riflessivo e profondità di elaborazione rischiano di essere messi in ombra da una fruizione più frammentata e superficiale. La ricerca ha iniziato a documentare tali effetti, indicando la necessità di interventi educativi che sviluppino nei giovani sia le nuove abilità richieste dal mondo digitale (ad es. il multitasking, la capacità di filtrare rapidamente le informazioni, la creatività nell'utilizzo dei media) sia le abilità tradizionali di attenzione sostenuta e di lettura approfondita. In altri termini, occorre trovare un equilibrio tra innovazione e tradizione cognitiva, affinché la crescita immersa nei nuovi media non avvenga a scapito delle facoltà mentali fondamentali. È fondamentale educare alla metacognizione digitale, aiutando i giovani a comprendere come l'ambiente online influenza i loro processi di pensiero e la loro capacità di apprendimento.

Parallelamente, l'immersione costante nei social media porta con sé fenomeni assimilabili alla dipendenza, alimentati sia dalla vulnerabilità neurobiologica dell'adolescenza (sistemi di ricompensa particolarmente reattivi) sia da strategie industriali mirate a catturare l'attenzione. Il nostro sondaggio conferma che molti ragazzi faticano a porre limiti al tempo online, e la letteratura

internazionale avverte che un uso eccessivo è correlato a vari indicatori di malessere psichico. Di fronte a questo scenario diventa cruciale educare i giovani alla moderazione e all'autoregolazione nell'uso dei dispositivi digitali, così come intervenire a livello di design delle piattaforme per promuovere principi di digital well-being al posto del solo engagement. L'obiettivo dev'essere rendere i ragazzi consapevoli dei meccanismi (anche neurofisiologici) che possono renderli "dipendenti" dal web, in modo che sviluppino strategie per gestire in autonomia il proprio rapporto con la tecnologia, evitando eccessi dannosi per la salute. Ciò implica anche affrontare potenziali problemi di ansia, isolamento sociale e calo dell'autostima che possono derivare da un uso problematico dei social media.

Un'altra dimensione centrale è quella dell'influenza socio-culturale esercitata dai media digitali. I trend, gli influencer, le community virtuali contribuiscono a formare orizzonti di significato nei quali gli adolescenti costruiscono la propria identità e prendono decisioni. Ciò può avvenire in modo virtuoso (si pensi alle campagne positive o ai gruppi di supporto online) oppure problematico (come nei casi di emulazione di comportamenti rischiosi o di interiorizzazione di modelli distorti). I dati

discussi – dal confronto con modelli irraggiungibili di perfezione fisica alla limitata comunicazione con gli adulti sulle esperienze online – indicano che gli adolescenti sono esposti a una varietà di input che possono condizionarne significativamente lo sviluppo emotivo, sociale e decisionale. La chiave per trasformare questa influenza da potenzialmente negativa a positiva sta nel dotare i giovani di spirito critico e di solidi riferimenti valoriali. Se un adolescente impara a chiedersi "chi c'è dietro questo contenuto?", "perché mi viene mostrato questo post?", "quali interessi promuove questo influencer?", allora sarà meno vulnerabile alle manipolazioni e più capace di fare scelte autonome e ragionate. È fondamentale, quindi, promuovere competenze di pensiero critico e di alfabetizzazione mediatica che permettano agli adolescenti di navigare il panorama digitale con consapevolezza e autonomia, resistendo alle influenze negative e sviluppando un

senso di autoefficacia.

In ultima analisi, i risultati del sondaggio offrono una base empirica preziosa per comprendere come gli adolescenti vivono il web e i social, trovando ampio riscontro nelle ricerche scientifiche recenti. Essi suggeriscono che è necessario un approccio integrato e multidimensionale per affrontare la sfida educativa posta dal digitale: non si tratta di demonizzare né di idealizzare la tecnologia, ma di guidare i giovani a sviluppare un rapporto equilibrato, maturo e consapevole con essa. Le iniziative in questa direzione stanno prendendo forma: organizzazioni internazionali come UNESCO promuovono l'alfabetizzazione mediatica come parte dei diritti di cittadinanza; l'OCSE invita a sfruttare le opportunità online minimizzando i rischi attraverso la resilienza digitale; il mondo accademico e clinico (come l'APA) fornisce linee guida basate sull'evidenza su come sostenere gli adolescenti nell'uso sicuro dei social. Anche a livello nazionale, l'introduzione dell'educazione civica digitale e le numerose campagne di sensibilizzazione sul cyberbullismo e la sicurezza online indicano una crescente attenzione. È fondamentale proseguire su questa strada, investendo nell'educazione digitale in termini sia di conoscenze sia di valori. Ciò significa formare insegnanti competenti nell'ambito dei nuovi media, coinvolgere le famiglie come alleate educative, aggiornare continuamente le strategie didattiche e le politiche in base all'evoluzione tecnologica. In gioco vi è il benessere e lo sviluppo armonico delle nuove generazioni: una "generazione connessa" che potrà diventare realmente padrona del proprio destino digitale solo se messa nelle condizioni di comprendere il mondo online e di agire in esso con senso critico, etica e autonomia. In definitiva, accompagnare gli adolescenti in un uso consapevole del web e dei social non è più un'opzione, ma un imperativo pedagogico per la società contemporanea. Questo imperativo pedagogico si traduce nella necessità di promuovere la salute mentale e il benessere emotivo degli adolescenti nell'era digitale, fornendo loro gli strumenti per sviluppare un rapporto sano, equilibrato e consapevole con la tecnologia.

Bullismo e Cyberbullismo

RELAZIONE SONDAGGIO

Modulo 2



Il bullismo e il cyberbullismo non sono più episodi sporadici o marginali, ma veri e propri fenomeni sociali che minacciano il benessere e lo sviluppo emotivo di migliaia di adolescenti tra i 10 e i 19 anni.

Dietro i numeri ci sono volti, storie e silenzi. Ragazzi e ragazze che ogni giorno convivono con offese, esclusione, umiliazioni e violenze, sia nei corridoi delle scuole sia dietro lo schermo di uno smartphone. Alcuni subiscono, altri assistono in silenzio, altri ancora partecipano attivamente, spesso senza piena consapevolezza delle conseguenze.

Il nostro compito è dare voce a questa realtà, ascoltarla senza pregiudizi, interpretarla con responsabilità e, soprattutto, intervenire con forza e consapevolezza. Perché il bullismo non è un rito di passaggio, ma una ferita che può lasciare segni profondi e duraturi.

Il bullismo e il cyberbullismo rappresentano due fenomeni in continua evoluzione che impattano profondamente sul benessere psicologico, relazionale e scolastico degli adolescenti italiani. Il nostro recente sondaggio ha evidenziato dati allarmanti e spunti significativi su cui riflettere e soprattutto agire con urgenza.

1 Hai mai subito atti di bullismo?



Sebbene il dato più alto sia rappresentato da coloro che affermano di non aver mai subito atti di bullismo (45,5%), oltre 3.800 studenti (circa il 34%) ammettono di aver vissuto episodi di bullismo da "poche volte" fino a "ogni giorno".

Totale vittime (in misura variabile): 3.805 studenti, circa il 34% del campione.

Questo significa che più di un ragazzo su tre ha sperimentato il bullismo sulla propria pelle almeno una volta, e quasi 600 studenti (oltre il 5%) lo vivono con frequenza elevata, fino a ogni giorno. Un dato tanto grave quanto rivelatore.

Non possiamo considerare questi numeri come semplici statistiche: sono un grido silenzioso. Ogni singolo ragazzo o ragazza che subisce atti di bullismo porta con sé un'esperienza che può compromettere la propria autostima, il rendimento scolastico, la vita sociale e relazionale

e la salute mentale ed emotiva. È fondamentale valutare i livelli di ansia e depressione associati a queste esperienze, così come il benessere psicologico generale delle vittime.

Il dato più preoccupante è il nucleo di studenti che vive il bullismo quotidianamente, probabilmente senza avere gli strumenti per difendersi o adulti di riferimento a cui affidarsi. Questo livello di esposizione prolungata può generare conseguenze anche a lungo termine: ansia, isolamento, aggressività, e in alcuni casi disturbi depressivi o autolesionismo.

Il dato che circa il 34% degli studenti abbia subito atti di bullismo almeno "poche volte" è un campanello d'allarme. Ancora più preoccupante è che oltre il 5% lo subisca quotidianamente. Questo sottolinea che non si tratta di episodi isolati, ma di un problema strutturale.

Cosa ci dice davvero questa risposta?

Ci dice che il bullismo è ancora troppo spesso normalizzato o sottovalutato. I numeri alti nella categoria "poche volte" o "quasi mai" indicano che molti ragazzi non percepiscono alcuni atti – prese in giro, esclusioni, offese ripetute – come veri e propri atti di bullismo. C'è quindi una carenza di consapevolezza, che riguarda non solo i giovani, ma anche genitori, educatori e istituzioni. È importante valutare la loro percezione del clima sociale scolastico.

La risposta alla domanda "Hai mai subito atti di bullismo?" non è solo un'indicazione statistica, ma una chiamata alla responsabilità collettiva.

Questi dati ci obbligano a:

- migliorare l'ascolto attivo all'interno della scuola e della famiglia
- formare gli adulti a riconoscere i segnali del disagio
- costruire spazi di dialogo e fiducia dove i ragazzi possano sentirsi accolti senza paura di essere giudicati

Solo allora potremo trasformare la domanda "Hai mai subito bullismo?" in una domanda che, in futuro, possa avere una risposta sempre più vicina allo zero.

2 Ti capita di assistere ad atti di bullismo?



Circa la metà degli studenti (4.675) dichiara di assistere con frequenza ad atti di bullismo. Questo significa che il fenomeno è ben visibile nella quotidianità scolastica e sociale, ma permane un preoccupante silenzio, probabilmente dovuto a paura, indifferenza o mancanza di strumenti adeguati per reagire. È importante valutare le strategie di coping degli spettatori e il loro livello di empatia.

COSA CI RACCONTANO QUESTI DATI?

Questi numeri mostrano che oltre 4 studenti su 10 dichiarano di assistere ad atti di bullismo. Di questi, quasi 1.700 (circa il 15%) affermano di vederli con frequenza medio-alta ("abbastanza spesso", "molto spesso" o "ogni giorno"). Il dato più inquietante riguarda i 267 ragazzi

che affermano di assistere a episodi di bullismo ogni giorno: questo significa che in alcune realtà scolastiche o sociali la violenza tra pari è ormai diventata parte della normalità. Valutare il loro benessere psicologico e la percezione di sicurezza nell'ambiente è fondamentale.

La cultura del silenzio e della tolleranza

Un altro elemento da sottolineare è il rischio della banalizzazione o tolleranza passiva: molti ragazzi potrebbero non denunciare o non intervenire perché temono di diventare a loro volta vittime, o perché non riconoscono l'atto come grave. È utile valutare il loro senso di efficacia personale nell'intervenire.

Inoltre, un alto numero di "quasi mai" (3.079) e

"mai" (3.567) potrebbe indicare due scenari distinti:

1. Contesti realmente sani, dove il bullismo è poco presente
2. Oppure mancanza di consapevolezza e definizione, cioè l'incapacità di riconoscere certi comportamenti come bullismo

Il ruolo degli spettatori: una responsabilità collettiva

Chi assiste ad atti di bullismo è raramente neutrale: anche il silenzio può essere interpretato come una forma di complicità involontaria. Questo ci obbliga a educare i ragazzi al concetto di "spettatore attivo", capace di:

- Intervenire con intelligenza
- Sostenere la vittima

- Segnalare all'adulto di riferimento

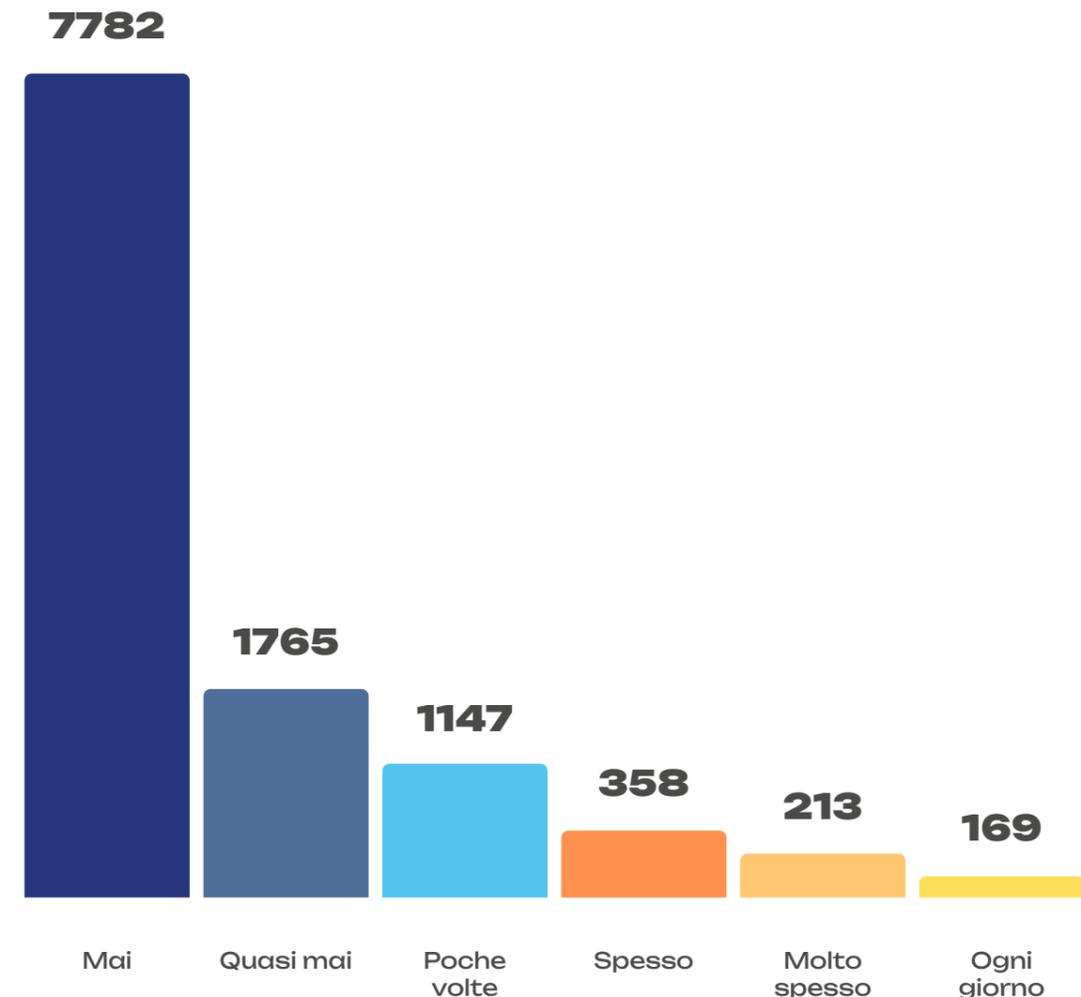
Il fatto che quasi la metà degli studenti veda accadere atti di bullismo ci impone di lavorare sulla cultura del rispetto, dell'empatia e della solidarietà tra pari, trasformando gli spettatori da testimoni passivi a parte attiva del cambiamento.

Il dato raccolto su questa domanda dimostra che il bullismo è un fenomeno visibile, non invisibile, e che gran parte dei ragazzi ne è testimone diretto. Per questo è fondamentale rafforzare nelle scuole:

- progetti di prevenzione e formazione
- spazi di ascolto e confronto
- il ruolo dei pari come agenti di cambiamento

Solo così sarà possibile trasformare i luoghi educativi in ambienti sicuri, inclusivi e coraggiosi nel contrastare ogni forma di prevaricazione.

3 Online ti capita di ricevere insulti o atti di bullismo (cyberbullismo)?



Il cyberbullismo tocca quasi 2.000 studenti (circa il 17%) con episodi frequenti. Le dinamiche virtuali amplificano il danno emotivo e spesso sfuggono alla vigilanza di adulti e insegnanti. Le risposte ci ricordano che l'online è una nuova piazza pubblica dove l'identità e la dignità possono essere violate con facilità.

Il fenomeno del cyberbullismo è una delle sfide educative e sociali più urgenti del nostro tempo,

soprattutto per quanto riguarda gli adolescenti tra i 10 e i 19 anni, che vivono gran parte della loro vita in ambienti digitali. Dai dati raccolti attraverso il nostro sondaggio nazionale, emerge una realtà chiara e preoccupante.

Totale ragazzi che hanno subito atti di cyberbullismo almeno una volta: 3.620 (32%)

Totale che li subisce frequentemente (ogni giorno o molto spesso): 376 studenti (3,3%).

UN DATO CHE IMPONE RESPONSABILITÀ

Quasi un terzo degli studenti italiani dichiara di essere stato vittima di cyberbullismo, almeno in forma occasionale. Questo significa che oltre 1 studente su 3 ha vissuto esperienze di umiliazione, offesa o isolamento online, spesso in silenzio. Ancora più allarmante è il fatto che centinaia di adolescenti (376) sono colpiti con frequenza elevata, e dunque vivono una forma di violenza digitale continua, difficile da interrompere.

È importante ricordare che il cyberbullismo non si limita a un commento o a un insulto, ma può includere anche:

- Diffusione di immagini o video senza consenso
- Offese nei gruppi scolastici o social
- Minacce e molestie
- Emarginazione digitale (essere esclusi dai gruppi, ignorati, ignorati intenzionalmente)

Il cyberbullismo: un fenomeno in crescita tra i giovani italiani

La fascia più colpita è tra i 12 e i 15 anni, ossia la prima adolescenza.

Le ragazze risultano essere più colpite a livello psicologico, ma anche più propense a chiedere

aiuto. Il contesto digitale amplifica il danno: ciò che avviene online è pubblico, potenzialmente virale, permanente e spesso anonimo, rendendo le vittime ancora più vulnerabili e isolate.

Il silenzio digitale e la normalizzazione

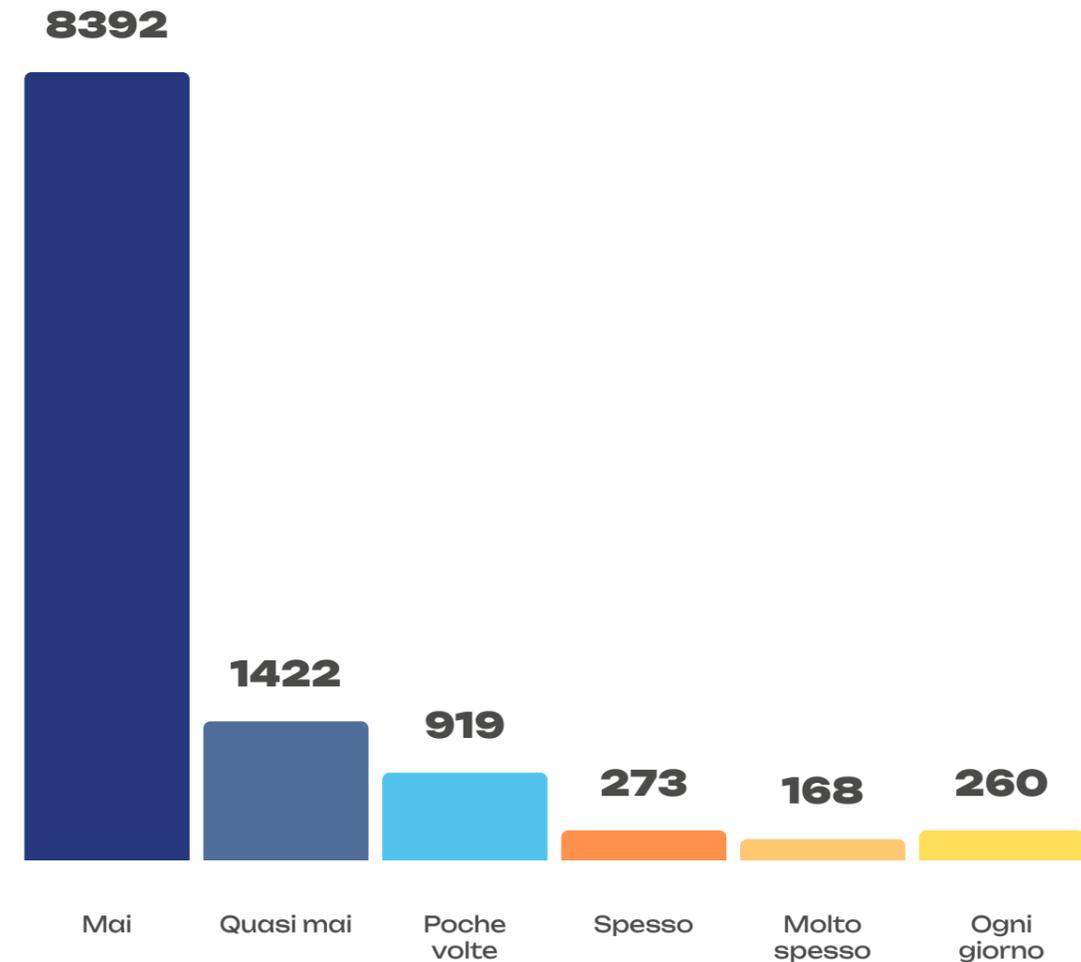
Il fatto che ben 7.701 studenti (quasi il 68%) dichiarino di "non aver mai" subito atti di cyberbullismo è incoraggiante, ma va letto con attenzione. È possibile che una parte degli studenti non riconosca certi comportamenti come cyberbullismo, o che, per vergogna o paura, tenda a minimizzare o tacere le esperienze subite. Questo ci impone di lavorare sulla consapevolezza e sulla definizione chiara di cosa sia e non sia tollerabile online. Il cyberbullismo è un fenomeno strutturale, non

episodico, che richiede risposte sistemiche, e risulta quindi necessario:

- Rafforzare l'educazione digitale nelle scuole, fin dalla scuola primaria
- Promuovere campagne di sensibilizzazione che parlino il linguaggio dei giovani
- Offrire spazi di ascolto e supporto psicologico gratuiti e facilmente accessibili
- Collaborare con le piattaforme digitali e i social media per intervenire tempestivamente

Dobbiamo costruire una rete educativa forte e coesa, in grado di proteggere le vittime, educare i "bulli" e responsabilizzare gli spettatori. Solo così possiamo sperare in un ambiente digitale realmente sicuro, inclusivo e rispettoso per tutti i nostri ragazzi.

4 Ti capita di prendere in giro o insultare qualcuno online?



Nel nostro sondaggio nazionale, abbiamo ritenuto fondamentale non solo ascoltare le voci delle vittime, ma anche indagare la prospettiva di chi agisce atti di bullismo online. La domanda posta ci ha permesso di misurare il livello di auto-consapevolezza e responsabilità nei comportamenti digitali degli adolescenti tra i 10 e i 19 anni.

Totale ragazzi che ammettono di aver insultato o preso in giro online almeno una volta:

3.005 (circa il 26,5%)

Totale ragazzi che lo fanno con una certa frequenza (ogni giorno/molto/abbastanza spesso): 691 studenti

Pur essendo una minoranza, è comunque preoccupante il numero di adolescenti che ammette di essere parte attiva del cyberbullismo: circa 1.592 studenti (14%) hanno offeso o preso in giro altri online. Questo sottolinea la necessità di educare all'empatia e alla responsabilità digitale.

UN DATO CHE IMPONE UNA RIFLESSIONE PROFONDA

Oltre un quarto degli studenti ammette di aver agito comportamenti offensivi in rete. Si tratta di un dato significativo e preoccupante, perché evidenzia come il confine tra gioco, sfottò e aggressione venga spesso superato, senza piena consapevolezza delle conseguenze.

I 691 adolescenti che dichiarano di offendere altri online con frequenza rappresentano un nucleo di aggressività digitale cronica: azioni ripetute, quotidiane, che possono trasformarsi in forme di violenza psicologica continuativa, con effetti devastanti sulle vittime.

Perché accade? Le radici del problema

Le cause di questi comportamenti sono molteplici:

- Assenza di empatia nel contesto virtuale: lo schermo riduce la percezione dell'altro come persona reale
- Desiderio di apparire e affermarsi: l'offesa diventa strumento di visibilità o appartenenza al gruppo
- Mancanza di educazione digitale: molti gio-

vani non sono stati accompagnati a comprendere i limiti etici e giuridici del proprio agire online

- Modelli culturali e sociali negativi: la derisione viene spesso normalizzata nei media e nei contenuti virali

È quindi evidente che il problema non è solo individuale, ma collettivo e culturale.

Dalla reazione alla prevenzione: cosa fare

È necessario passare da un approccio sanzionatorio a uno educativo e preventivo, agendo su più livelli:

1. Educazione all'empatia digitale: servono percorsi scolastici strutturati che insegnino a "mettersi nei panni dell'altro", anche online;
2. Formazione per docenti e genitori: l'adulto deve saper riconoscere segnali di aggressività digitale nei figli e negli studenti, e agire con equilibri;
3. Laboratori di comunicazione e linguaggio online: imparare a esprimersi senza ferire, usare l'ironia in modo costruttivo e non violento;
4. Responsabilizzazione attiva dei ragazzi:

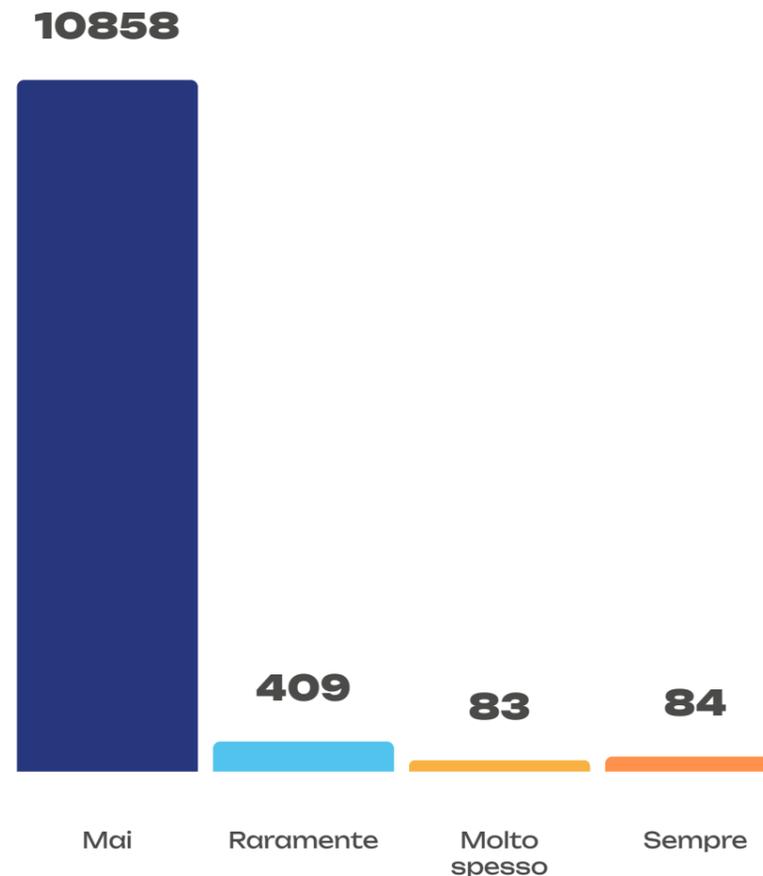
promuovere tra pari figure di "ambasciatori digitali", cioè studenti formati che possano essere guida per gli altri;

5. Collaborazione con piattaforme digitali: è essenziale richiedere agli sviluppatori di social network e app di messaggistica maggiore vigilanza, strumenti di segnalazione efficaci, e moderazione proattiva dei contenuti offensivi;

Chi compie atti di bullismo online non è sempre un "cattivo ragazzo": spesso è un adolescente confuso, solo o influenzato da dinamiche di gruppo e mancanza di orientamento. Ma questo non giustifica l'atto, né deve ridurre la nostra responsabilità educativa.

Noi adulti non possiamo accettare che insultare online diventi la normalità. Dobbiamo investire in educazione, ascolto e cultura digitale, per trasformare l'aggressività in dialogo, la prepotenza in rispetto, e il silenzio in intervento consapevole.

5 Hai mai pubblicato video di risse o scherzi pesanti?



Questo dato appare più confortante: il 95% degli studenti non ha mai pubblicato contenuti violenti, ma rimane un 5% (circa 567 studenti) che partecipa attivamente alla diffusione di materiale potenzialmente dannoso o umiliante. È fondamentale prevenire la spettacolarizzazione della violenza tra pari.

UN FENOMENO MENO DIFFUSO, MA AD ALTA PERICOLOSITÀ SOCIALE

Se il dato può apparire marginale rispetto ad altri aspetti del bullismo e del cyberbullismo, va analizzato con estrema attenzione. Pubblicare video di risse o scherzi pesanti non è un comportamento superficiale né "goliardico": è una forma di violenza mediatica, spesso mirata a umiliare,

ridicolizzare o mettere in pericolo altri ragazzi. Il fatto che quasi 600 studenti abbiano compiuto questo gesto, alcuni "sempre" o "molto spesso", indica che ci troviamo di fronte a una cultura digitale del disprezzo e dell'intrattenimento violento che va affrontata con urgenza.

Perché i ragazzi pubblicano contenuti violenti o umilianti?

Le motivazioni sono molteplici e preoccupanti:

- Ricerca di visibilità e approvazione: ottenere like, follower, reazioni
- Pressione del gruppo: partecipare a sfide social o dinamiche da branco
- Assenza di consapevolezza etica: non comprendere le conseguenze del proprio gesto
- Mancanza di educazione digitale: non distinguere tra contenuto accettabile e dannoso

Non si tratta solo di "scherzi" o "bravate": pubblicare atti di violenza o umiliazione è un comportamento che può avere implicazioni legali, danneggiare irreparabilmente la reputazione delle vittime e contribuire alla normalizzazione della brutalità tra pari.

Soluzioni urgenti e non rinviabili

Per contrastare questo fenomeno, è necessario agire su più livelli, in modo strutturato e continuativo:

1. Educazione alla cittadinanza digitale

Introdurre percorsi scolastici obbligatori incentrati su etica digitale, privacy, responsabilità e legalità online. I ragazzi devono comprendere che un video "virale" può rovinare una vita.

2. Prevenzione attraverso la cultura del rispetto

Coinvolgere influencer positivi, atleti, educatori e testimonial credibili per diffondere il messaggio: la violenza non è spettacolo, e l'umiliazione non fa ridere.

3. Formazione per docenti e famiglie

Genitori e insegnanti devono essere messi in condizione di riconoscere e affrontare questi segnali, agendo in rete con la scuola, i servizi sociali e le forze dell'ordine.

4. Monitoraggio e intervento nelle piattaforme social

È urgente che le piattaforme digitali collaborino attivamente con le istituzioni per rimuovere contenuti lesivi, segnalare comportamenti pericolosi e sospendere account recidivi.

5. Sanzioni educative e giuridiche proporzionate

Dove necessario, va previsto anche l'intervento normativo e giudiziario, ma sempre accompagnato da percorsi rieducativi, come lavori socialmente utili o incontri con le vittime.

CONCLUSIONI

I dati emersi dal sondaggio su oltre 11.000 studenti italiani di età 10-19 anni confermano che bullismo e cyberbullismo rimangono problematiche altamente diffuse e preoccupanti in queste fasce d'età. Tali fenomeni si manifestano in forme diverse ma con un impatto ubiquitario: indagini recenti indicano che tra gli adolescenti italiani la maggioranza ha avuto esperienza diretta o indiretta di prepotenze tra pari. Questi numeri e altri studi recenti delineano un fenomeno pervasivo, riconosciuto dagli stessi giovani come una delle minacce più gravi nella loro vita quotidiana – più temuto perfino della droga o di altre forme di violenza – poiché vissuto come pericolo costante "sui banchi di scuola, nella propria cameretta, di giorno come di notte". In altre parole, il bullismo rappresenta un emergente educativo e sociale che coinvolge nove ragazzi su dieci in qualche ruolo (vittima, autore e/o spettatore) entro la fine dell'adolescenza, richiedendo dunque l'attenzione prioritaria di educatori, famiglie e istituzioni.

Il fenomeno del bullismo presenta caratteristiche differenti a seconda dell'età e del genere dei minori coinvolti. Le ricerche mostrano una maggiore incidenza nella fase pre-adolescenziale, in particolare nella scuola secondaria di primo grado, con una graduale diminuzione durante l'adolescenza. Tale andamento è confermato da sistemi di monitoraggio nazionali e internazionali. L'evoluzione delle dinamiche relazionali giovanili contribuisce a spiegare questo trend: i bambini più piccoli manifestano comportamenti più impulsivi e meno empatici, spesso inadeguati alla gestione dei conflitti. Con l'età, invece, si sviluppano competenze sociali più mature e le forme di bullismo diretto tendono a ridursi.

Tuttavia, tale tendenza non deve indurre a sottovalutare il problema negli adolescenti più grandi: il bullismo assume piuttosto forme diverse. In particolare, la dimensione online diventa più rilevante nelle scuole superiori, parallelamente all'uso esteso di smartphone e social network in quella fascia d'età. Studi europei mostrano che gli studenti quindicenni risultano più esposti al

cyberbullismo rispetto ai più giovani, ad esempio tramite la diffusione di immagini offensive o umilianti ai loro danni. Le differenze di incidenza tra 11 e 15 anni per il bullismo online tendono ad essere meno marcate che nel bullismo tradizionale, segno che le nuove tecnologie hanno "democratizzato" le prevaricazioni colpendo anche i gruppi più grandi. In sintesi, se il bullismo faccia a faccia mostra un lieve declino nell'adolescenza, il cyberbullismo può invece aumentare o mantenersi costante nei ragazzi più grandi, assumendo un peso maggiore tra le minacce percepite dai teenager.

Il bullismo coinvolge sia ragazzi sia ragazze, ma si manifesta con modalità differenti a seconda del genere. Le indagini nazionali indicano una lieve maggiore esposizione delle ragazze a episodi di vittimizzazione, in particolare nelle forme psicologiche e verbali, incluse quelle legate al cyberbullismo. Le aggressioni relazionali – come l'esclusione dal gruppo, la diffusione di pettegolezzi o il danneggiamento della reputazione – risultano infatti più frequenti tra le giovani, mentre i ragazzi tendono a esprimere comportamenti più diretti e fisici, come insulti espliciti o contatti aggressivi. A livello internazionale, tuttavia, il coinvolgimento complessivo in episodi di bullismo appare distribuito in modo simile tra i due generi, con la differenza principale risiedente nella forma assunta dal fenomeno. Anche in ambiente digitale si conferma questa tendenza: le ragazze sono maggiormente colpite da messaggi denigratori, mentre i maschi risultano più esposti alla diffusione di contenuti umilianti. È quindi necessario affrontare il problema del bullismo in modo differenziato e sensibile alle specifiche manifestazioni legate al genere.

Il bullismo, sia in presenza sia nella sua forma digitale, può avere effetti profondamente negativi e duraturi sullo sviluppo psicologico, sul percorso scolastico e sulla vita sociale dei giovani. Le prepotenze ripetute compromettono l'autostima, il senso di sicurezza personale e la fiducia negli altri, soprattutto durante le fasi sensibili della crescita. Spesso le vittime tendono a isolarsi dal

gruppo dei pari, sviluppano un rifiuto nei confronti dell'ambiente scolastico e registrano un calo nel rendimento o nella frequenza. Tali dinamiche confermano quanto riportato dalla letteratura pedagogica, secondo cui il bullismo trasforma l'ambiente scolastico da spazio educativo a fonte di disagio emotivo, ostacolando il diritto all'apprendimento e alla partecipazione.

Le conseguenze psicologiche possono manifestarsi in forme clinicamente rilevanti, come ansia, panico e depressione. A questi si aggiungono effetti psicosomatici e comportamenti disfunzionali, tra cui disturbi alimentari e atti di autolesionismo, che rappresentano strategie maladattive di risposta al dolore emotivo. Tali esiti richiedono un'attenta considerazione nei percorsi educativi e di prevenzione.

Questi esiti allarmanti trovano riscontro in studi internazionali: la ricerca psicologica ha consolidato l'evidenza che l'essere bersaglio di bullismo aumenta significativamente il rischio di problemi di salute mentale, sia nell'immediato che a lungo termine. In particolare, il cyberbullismo è risultato fortemente correlato a ideazione suicidaria e condotte autolesive negli adolescenti: un'analisi comparata su JAMA ha rilevato che i giovani esposti ad atti di cyberbullismo presentano un rischio di pensieri suicidi superiore del 50% rispetto ai coetanei non coinvolti, e sono oltre due volte più propensi a tentare il suicidio o a farsi deliberatamente del male. Anche senza giungere a questi estremi, la letteratura medica documenta come le vittime di prepotenze croniche durante l'infanzia e l'adolescenza mostrino tassi più elevati di depressione, disturbo post-traumatico da stress e altre psicopatologie persino anni dopo la fine della scuola. Va considerato inoltre che il danno non si limita alle vittime: pure i bulli possono manifestare esiti negativi (ad esempio, maggiore probabilità di condotte antisociali, abuso di sostanze e fallimento scolastico in seguito) e i "bulli-vittime" – coloro che oscillano tra il ruolo di autore e di vittima – risultano spesso il gruppo più a rischio in termini di disagio emotivo e integrazione sociale futura. Pertanto, il bullismo è da intendersi come un trauma relazionale che colpisce l'intero clima di classe: ogni episodio lascia tracce emotive in tutti gli attori coinvolti, minan-

do il benessere collettivo e lo sviluppo armonico sia del singolo ragazzo sia del gruppo dei pari. Nonostante la gravità degli effetti, uno degli ostacoli maggiori nel contrasto a bullismo e cyberbullismo è la reticenza a denunciare e a chiedere aiuto. Le ricerche indicano che molti ragazzi, sia vittime sia testimoni, tendono a non rivolgersi agli adulti per segnalare gli episodi. Le motivazioni spaziano dalla paura di ritorsioni (il timore che "fare la spia" aggravi la situazione), al senso di vergogna o di colpa indotto dal bullismo stesso, fino alla sfiducia nell'efficacia degli interventi adulti. In un recente sondaggio, ben il 31,5% degli adolescenti italiani ha ammesso di non parlare con nessuno di ciò che subisce o vede in tema di bullismo.

I dati suggeriscono anche un gap comunicativo in famiglia: solo il 21% delle vittime dichiara di confidarsi con la madre riguardo a queste esperienze, e appena il 3% trova nel padre un interlocutore. Ancora più esigua è la percentuale di chi segnala il problema a figure scolastiche o professionali. Meno della metà degli studenti che subiscono bullismo, secondo studi internazionali, informa un insegnante o un adulto di riferimento dell'accaduto. In Italia, le normative vigenti (Legge 71/2017) impongono alle scuole di attivare canali di segnalazione e di nominare un referente per il cyberbullismo, eppure nella prassi quotidiana permane un silenzio preoccupante attorno a molti casi. Questa cultura del silenzio va contrastata lavorando sul clima di fiducia: "Chiedere aiuto è un atto di coraggio, non di debolezza" recita una recente campagna UNICEF, esortando i giovani a rompere l'isolamento e coinvolgere genitori e docenti. La sensibilizzazione dei ragazzi è quindi fondamentale affinché comprendano di non essere soli e di avere il diritto di essere tutelati.

Un altro aspetto cruciale è il ruolo dei bystander, ossia gli spettatori o compagni di classe non direttamente coinvolti ma presenti ai fatti. Essi costituiscono spesso la "maggioranza silenziosa" che, sebbene non approvi il bullismo, esita a intervenire attivamente. Tale inerzia può di fatto perpetuare il ciclo di prevaricazione, poiché il bullo si sente implicitamente autorizzato dal contesto a continuare.

L'attivazione dei bystander come alleati rappresenta una leva strategica nella prevenzione del bullismo. La pedagogia sociale sottolinea l'importanza del ruolo dei pari: azioni come difendere verbalmente la vittima, distrarre il bullo o segnalare l'episodio a un adulto possono ridurre l'intensità e la durata degli atti aggressivi. Numerosi adolescenti mostrano una predisposizione alla solidarietà tra coetanei, scegliendo di offrire supporto emotivo e contrastare l'isolamento della vittima, anche senza coinvolgere immediatamente gli adulti. Questo indica la presenza di una risorsa educativa spontanea, su cui è possibile costruire interventi efficaci.

Tuttavia, permane una certa riluttanza a rivolgersi a figure adulte o servizi di supporto, segnalando la necessità di rafforzare la fiducia verso insegnanti, sportelli d'ascolto e consulenti scolastici. La scuola ha quindi il compito di promuovere una trasformazione della "maggioranza silenziosa" in una comunità studentesca attiva e consapevole, attraverso programmi strutturati di peer education e gruppi di sostegno tra pari, capaci di offrire strumenti adeguati per reagire in modo sicuro e responsabile agli episodi di bullismo.

In conclusione, collegando i risultati del sondaggio alle conoscenze scientifiche attuali, emerge con chiarezza che bullismo e cyberbullismo sono fenomeni multidimensionali che richiedono risposte integrate. Sul piano educativo e pedagogico, le scuole devono porsi come sentinelle attive e centri di promozione del benessere: ciò significa passare da interventi estemporanei a una strategia continuativa, che includa prevenzione quotidiana in classe, formazione del personale, coinvolgimento degli studenti come parte della soluzione e collaborazione con famiglie e territorio. Solo attraverso un impegno coordinato e costante si potrà scalfire la cultura della violenza tra pari e creare un clima scolastico in cui ogni ragazzo si senta sicuro, accolto e libero di crescere. I dati allarmanti raccolti – dall'incidenza elevata alle conseguenze psicologiche riscontrate – non devono generare rassegnazione, ma azione: con conoscenze aggiornate, politiche mirate e volontà educativa è possibile invertire la rotta. In ultima analisi, contrastare efficacemente il bullismo significa sostenere lo sviluppo

sano di una generazione, proteggendo il diritto di bambini e adolescenti a un'infanzia e un'adolescenza serena, in un ambiente di apprendimento inclusivo e privo di paura.

Disagio Giovanile

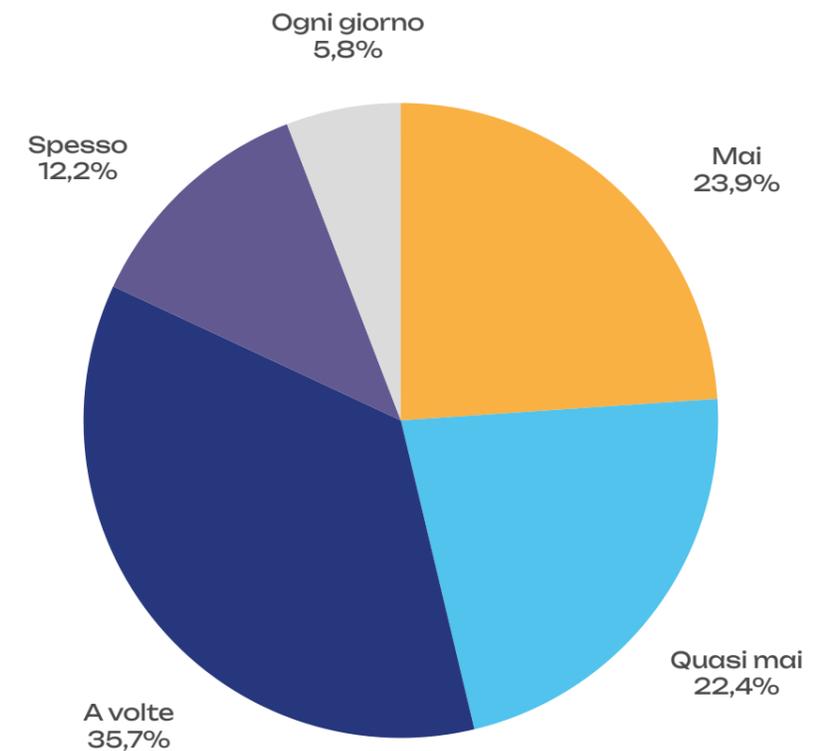
RELAZIONE SONDAGGIO

Modulo 3



Obiettivo: Rilevare segnali di disagio psicologico, sociale e relazionale tra gli adolescenti.

1 Solitudine e isolamento: Ti senti spesso solo?



Il 54% degli studenti ha dichiarato di sentirsi solo almeno "a volte", e il 18% lo prova "spesso" o "ogni giorno". Questo è un indicatore significativo di disagio sociale e potenziale sofferenza emotiva, soprattutto nelle fasce adolescenziali.

La solitudine e l'isolamento sociale rappresentano problemi psicologici sempre più rilevanti nella fascia giovanile, influenzando negativamente il benessere, l'autostima e il rendimento scolastico. I dati più preoccupanti riguardano l'isolamento cronico: ben 653 studenti (5,77%) dichiarano

di sentirsi soli ogni giorno, e 1.383 (12,22%) lo provano spesso. Questo indica che quasi uno studente su cinque si trova in una condizione di disagio sociale potenzialmente grave. La solitudine prolungata può innescare o esacerbare sentimenti di tristezza, ansia e un senso di disconnessione dagli altri. L'adolescenza è una fase cruciale per lo sviluppo dell'identità sociale, e la mancanza di interazioni significative può compromettere questo processo, portando a una percezione negativa di sé e del proprio valore.

Fattori di rischio

Sebbene i dati non forniscano dettagli su cause individuali, la letteratura suggerisce che la solitudine tra adolescenti possa essere influenzata da:

- **Uso eccessivo dei social media e sostituzione delle relazioni reali con quelle virtuali.**
Le interazioni virtuali, sebbene possano offrire un senso di connessione superficiale, spesso mancano della profondità emotiva e del feedback non verbale cruciali per lo sviluppo di relazioni sane e significative.
- **Bullismo o esclusione sociale a scuola.**
L'esclusione e il bullismo hanno un impatto significativo sull'autostima e sul senso di sicurezza, potendo generare traumi psicologici duraturi e aumentare il rischio di isolamento come meccanismo di difesa.
- **Famiglie disfunzionali o con scarsa comunicazione.**
Un ambiente familiare non supportivo può minare il senso di appartenenza e la fiducia di base, rendendo più difficile per l'adolescente costruire relazioni positive al di fuori del nucleo familiare.
- **Ansia sociale o difficoltà relazionali.**
L'ansia sociale può creare un circolo vizioso in cui la paura del giudizio porta all'evitamento delle interazioni sociali, aumentando ulteriormente il senso di solitudine.
- **Pandemia COVID-19, che ha accentuato l'isolamento.**
L'esperienza della pandemia ha interrotto bruscamente le routine sociali e le opportunità di interazione, con potenziali effetti a lungo termine sul benessere psicologico e sulle competenze sociali degli adolescenti.

Conseguenze della solitudine

La solitudine può portare a:

- **Problemi psicologici.**
Ansia, depressione, bassa autostima. La solitudine cronica è un noto fattore di rischio per lo sviluppo di disturbi dell'umore e d'ansia. La mancanza di supporto sociale può anche erodere la resilienza psicologica.
- **Rendimento scolastico compromesso.**
Il disagio emotivo legato alla solitudine può influenzare negativamente la concentrazione, la motivazione e l'interesse per l'apprendimento.
- **Comportamenti a rischio.**
Uso di sostanze, autolesionismo, ritiro sociale. In alcuni casi, comportamenti a rischio possono rappresentare tentativi disfunzionali di fronteggiare il dolore emotivo causato dalla solitudine e dall'isolamento.

PROPOSTE DI INTERVENTO E SOLUZIONI

A livello scolastico

- Sportelli di ascolto psicologico permanenti e facilmente accessibili.
È fondamentale che questi sportelli siano percepiti dagli studenti come spazi sicuri e non giudicanti, dove possano esprimere liberamente le proprie difficoltà emotive.
- Progetti di peer education e mentoring tra pari.
Questi progetti possono favorire un senso di appartenenza e supporto reciproco, sfruttando la naturale propensione degli adolescenti a identificarsi con i coetanei.
- Attività cooperative in classe per favorire l'inclusione.
Le attività cooperative possono promuovere la collaborazione, l'empatia e la consapevolezza delle prospettive altrui.
- Formazione degli insegnanti per riconoscere i segnali di disagio.
Una formazione psicopedagogica può aiutare gli insegnanti a intercettare precocemente i segnali di malessere emotivo e sociale negli studenti.

A livello familiare

- Promozione del dialogo genitore-figlio.
Un dialogo aperto e autentico è cruciale per costruire un legame affettivo sicuro e per permettere agli adolescenti di sentirsi compresi e supportati.
- Sostegno alla genitorialità, soprattutto nei casi di famiglie fragili.
Interventi di supporto psicologico e psicoeducativo possono aiutare i genitori a sviluppare competenze comunicative ed emotive più efficaci.
- Educazione all'intelligenza emotiva fin dall'infanzia.
Sviluppare la consapevolezza e la gestione delle proprie emozioni e il riconoscimento di quelle altrui è fondamentale per costruire relazioni sane.

A livello sociale e politico

- Investimenti in centri giovanili, sport e attività di gruppo. Questi spazi offrono opportunità strutturate per la socializzazione e lo sviluppo di interessi comuni, contrastando l'isolamento.
- Campagne di sensibilizzazione sulla salute mentale. Queste campagne possono contribuire a ridurre lo stigma associato al disagio psicologico e incoraggiare la ricerca di aiuto.
- Iniziative digitali sicure, come app di supporto psicologico. Se utilizzate in modo consapevole e come complemento alle interazioni reali, queste risorse possono offrire un supporto accessibile, soprattutto per chi fatica a esprimersi verbalmente.

I dati rivelano che la solitudine è una realtà concreta per molti giovani italiani. Intervenire tempestivamente è essenziale per prevenire conseguenze gravi sul piano psicologico, scolastico e sociale. È fondamentale un'azione coordinata tra scuola, famiglia e comunità per costruire ambienti che favoriscano l'inclusione, l'ascolto e il benessere relazionale.

2 Come ti trovi con il tuo gruppo di amici?

70,5%

Mi trovo molto bene

20,4%

Sto bene con loro ma li vedo poco

5,2%

Non ho un gruppo

3,9%

Non riesco a socializzare

L'analisi dei dati evidenzia che circa il 70% dei giovani dichiara di avere relazioni pienamente soddisfacenti con il proprio gruppo di pari. Tuttavia, un ulteriore 20,5% pur dichiarando un buon rapporto, segnala una certa distanza nella frequenza delle interazioni. Questo aspetto può già rappresentare un primo campanello d'allarme rispetto a una possibile fragilità relazionale, specie in una fase evolutiva in cui la continuità e la presenza nel gruppo dei pari giocano un ruolo centrale nello sviluppo identitario e nella regolazione emotiva. La frequenza delle interazioni è importante quanto la loro qualità, soprattutto nell'adolescenza, per il consolidamento del senso

di appartenenza e per la validazione sociale. Particolarmente rilevante è il dato riguardante il 9% circa del campione che manifesta forme di isolamento più marcate: il 3,8% non riesce a socializzare e il 5,2% dichiara di non avere un gruppo di amici. Questo segmento di popolazione giovanile è esposto a un rischio concreto di esclusione sociale, ritiro, senso di inadeguatezza e possibile evoluzione verso forme di disagio psicologico o comportamentale. La mancanza di un gruppo di riferimento può influire negativamente sull'autostima, sul senso di competenza sociale e sulla capacità di affrontare le sfide evolutive.

QUADRO INTERPRETATIVO E RILEVANZA PER LE POLITICHE DI PREVENZIONE

Le evidenze raccolte suggeriscono l'importanza di considerare il contesto relazionale come indicatore primario di benessere o di vulnerabilità nei percorsi di crescita degli adolescenti. La letteratura scientifica conferma che il supporto tra pari, il senso di appartenenza a un gruppo e la possibilità di condividere esperienze sono elementi protettivi fondamentali contro l'insorgere di problematiche psico-sociali. In questo quadro, la quota non trascurabile di adolescenti che vive in una condizione di isolamento, dichiarato o percepito, sollecita un intervento sistemico. È necessario che le istituzioni scolastiche, i servizi sociali e le politiche giovanili sviluppino azioni integrate che comprendano:

- programmi di promozione delle life skills e delle competenze relazionali;
- spazi e occasioni strutturate di socializzazione;
- monitoraggio attivo e tempestivo dei segnali di esclusione o marginalità;
- potenziamento del supporto psicologico scolastico;
- formazione degli adulti educanti (insegnanti, educatori, operatori) nella rilevazione precoce del disagio.

La qualità delle relazioni tra pari rappresenta uno dei principali determinanti del benessere psico-sociale in adolescenza. I dati del sondaggio evidenziano che, accanto a una maggioranza che vive relazioni positive, esiste una fascia significativa di giovani che manifesta difficoltà di inclusione e socializzazione. Queste criticità, se non affrontate, possono trasformarsi in forme più gravi di disagio. È quindi cruciale che le istituzioni predispongano strategie orientate alla prevenzione e alla promozione del benessere relazionale come componente fondamentale delle politiche educative e sociali.

3 Che rapporto hai con la tua famiglia?



I risultati evidenziano che quasi 9 adolescenti su 10 (88,1%) dichiarano di avere un rapporto positivo con la propria famiglia, tra ottimo e buono. Si tratta di un dato incoraggiante, che conferma il ruolo ancora centrale della famiglia nella vita dei giovani. Tuttavia, non è trascurabile la percentuale restante: il 12% del campione segnala una qualità relazionale familiare problematica, caratterizzata da mancanza di comunicazione (4,9%) o da conflitti frequenti (7%). Un ambiente familiare non supportivo può aggravare il disagio già percepito. La qualità del legame familiare influenza profondamente lo sviluppo emotivo e la

resilienza dell'adolescente.

Tale dato acquista particolare rilevanza se messo in relazione con gli indicatori di disagio sociale ed emotivo. Numerosi studi confermano che un ambiente familiare disfunzionale o scarsamente supportivo rappresenta un fattore di rischio significativo per l'insorgenza di problematiche psicologiche in età evolutiva: ansia, depressione, isolamento, comportamenti oppositivi e scarso rendimento scolastico. La mancanza di un "porto sicuro" familiare può rendere l'adolescente più vulnerabile allo stress e alle difficoltà esterne.

FAMIGLIA COME FATTORE PROTETTIVO O DI RISCHIO

La famiglia rappresenta il primo contesto educativo e affettivo nel quale l'adolescente costruisce la propria identità, sviluppa l'autostima e apprende le modalità di relazione con il mondo esterno. Un rapporto stabile, aperto e affettuoso con le figure genitoriali è un potente fattore protettivo contro il disagio. Un ambiente familiare caratterizzato da calore affettivo, comunicazione efficace

e sostegno emotivo promuove un attaccamento sicuro, fondamentale per lo sviluppo di una sana autostima e della capacità di costruire relazioni positive. Al contrario, famiglie segnate da conflitti, silenzi, aspettative rigide o scarsa empatia possono amplificare la vulnerabilità psicologica degli adolescenti.

Strategie per promuovere relazioni familiari positive

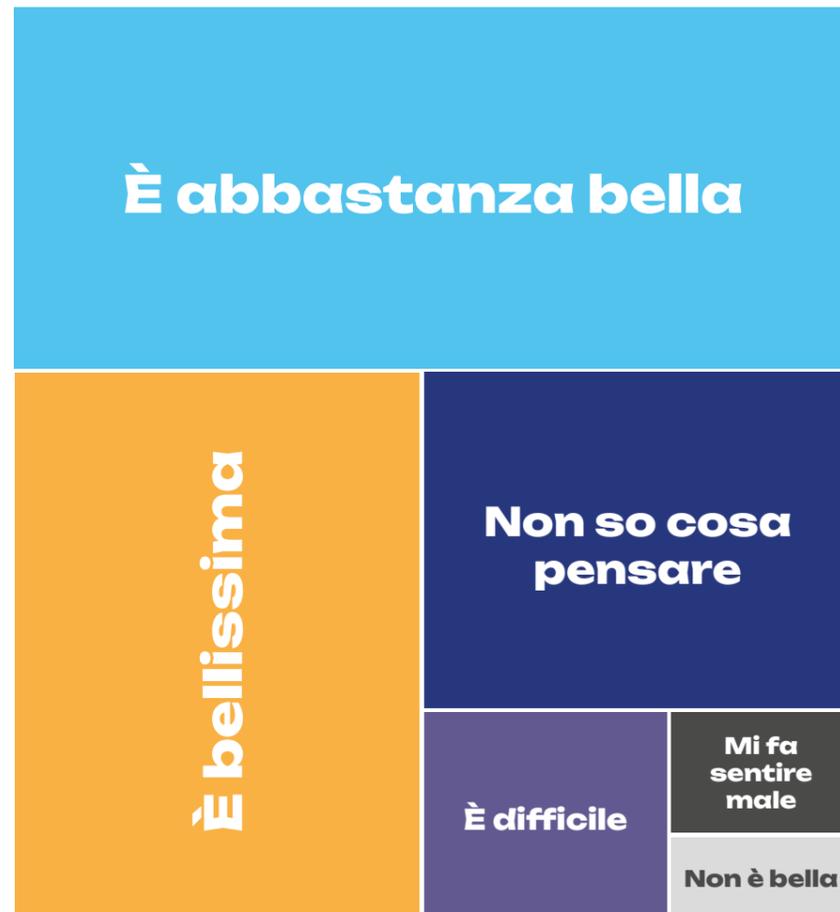
Per rafforzare il ruolo positivo della famiglia e prevenire il disagio giovanile, è fondamentale agire su più livelli:

1. **Educazione alla genitorialità:** promuovere percorsi formativi per genitori, centrati sull'ascolto attivo, la gestione dei conflitti e la comunicazione empatica. Tali interventi aiutano gli adulti a comprendere meglio i bisogni evolutivi degli adolescenti e a supportarli in modo più efficace. Questi percorsi possono aiutare i genitori a sviluppare una maggiore consapevolezza delle dinamiche familiari e dei bisogni emotivi dei propri figli.
2. **Spazi di dialogo intergenerazionale:** incentivare iniziative scolastiche e territoriali (laboratori, incontri tematici, attività guidate) che facilitino il confronto tra genitori e figli su tematiche comuni, in un clima protetto e non giudicante. Questi spazi possono contribuire a ridurre il divario comunicativo tra generazioni e a promuovere la comprensione reciproca.
3. **Presenza di figure ponte:** potenziare il ruolo di educatori, psicologi scolastici e tutor di comunità che possano affiancare le famiglie, in particolare quelle più fragili, nel riconoscimento e nella gestione delle difficoltà relazionali. Queste figure possono offrire un supporto esterno neutrale e competenze specifiche per affrontare le dinamiche familiari complesse.
4. **Campagne di sensibilizzazione:** promuovere messaggi positivi sul valore del dialogo familiare, anche attraverso i media e i social frequentati dagli adolescenti, per rafforzare la percezione che chiedere ascolto e comprensione non è un segno di debolezza, ma una risorsa. Queste campagne possono contribuire a normalizzare l'espressione delle emozioni e la richiesta di supporto all'interno della famiglia.

Il legame familiare è una risorsa fondamentale per il benessere psico-affettivo degli adolescenti. Se coltivato con cura, può offrire protezione, sicurezza e strumenti per affrontare le sfide evolutive. I dati del sondaggio mostrano una realtà prevalentemente positiva, ma con una quota significativa di giovani che vive la relazione familiare come distante o conflittuale.

È pertanto compito delle istituzioni educative, sociali e sanitarie rafforzare gli interventi a sostegno delle famiglie, affinché nessun ragazzo cresca senza sentirsi ascoltato, accolto e sostenuto all'interno del proprio nucleo familiare.

4 Cosa pensi della tua vita?



Il 24% degli studenti esprime una percezione negativa o incerta della propria vita. Questo è un segnale che non va trascurato: il pensiero incerto o negativo può essere sintomo di disagio emotivo o bassa autostima. Una percezione negativa della propria vita può essere associata a sentimenti di mancanza di speranza e impotenza, che sono fattori di rischio per la depressione.

Complessivamente, circa 7 studenti su 10 (68,3%) dichiarano di avere una visione positiva della

propria vita, tra "bellissima" e "abbastanza bella". Tuttavia, colpisce la presenza di un 30% che esprime una condizione di incertezza o malessere: un 19,2% non riesce a esprimere un giudizio ("non so cosa pensare"), mentre un ulteriore 4,8% (circa 550 studenti) vive la propria vita con una percezione fortemente negativa. L'incapacità di esprimere un giudizio sulla propria vita può indicare una confusione identitaria o una mancanza di consapevolezza emotiva, tipica di alcune forme di disagio adolescenziale.

Questa area di incertezza e disagio merita particolare attenzione, soprattutto se messa in relazione con gli altri indicatori emersi dal sondaggio:

Isolamento sociale

Il 9% del campione non riesce a socializzare o non ha un gruppo di amici. L'isolamento sociale può contribuire a una visione negativa di sé e della propria esistenza.

Rapporti familiari fragili

Il 12% degli adolescenti parla raramente con la famiglia o è spesso in conflitto. Un ambiente familiare conflittuale o distante può minare il senso di sicurezza e il benessere emotivo, influenzando la percezione generale della vita.

Malessere esistenziale

Il 4,8% vive la propria vita come "non bella" o addirittura come fonte di sofferenza. Questa affermazione esplicita indica un livello di disagio psicologico significativo che necessita di un intervento mirato.

L'area di sovrapposizione tra queste percentuali non è trascurabile: è probabile che chi sperimenta difficoltà nelle relazioni familiari o sociali sia anche tra coloro che esprimono una visione pessimistica o incerta della propria esistenza. Tutto ciò sottolinea una complessa interconnessione tra il benessere relazionale e la salute mentale. Le difficoltà in un'area possono facilmente propagarsi e influenzare negativamente l'altra, creando un circolo vizioso di isolamento e disperazione.

Interpretazione e implicazioni

Il dato più critico riguarda il 2,9% dei ragazzi che afferma esplicitamente che la propria vita "fa sentire male". Sebbene possa sembrare una percentuale contenuta, equivale a oltre 300 studenti nel solo campione analizzato, e indica una sofferenza psicologica che può implicare vissuti depressivi, senso di inadeguatezza, perdita di speranza, o mancanza di prospettive. In questi casi il disagio può non essere ancora visibile all'esterno, ma rappresenta una condizione di rischio reale. È un segnale di allarme che suggerisce una sofferenza emotiva intensa e un potenziale rischio di ideazione suicidaria o comportamenti autolesivi. È fondamentale intercettare precocemente questi studenti e offrire loro un supporto psicologico specializzato.

Il fatto che quasi un giovane su cinque non sappia dare un senso alla propria esperienza quotidiana evidenzia un'esigenza profonda di ascolto, orientamento e costruzione di significati. Il senso della propria vita è strettamente legato alla qualità delle relazioni, al riconoscimento sociale, alla fiducia negli adulti di riferimento e nella propria capacità di affrontare le sfide. La mancanza di un senso di scopo e di significato può portare a sentimenti di vuoto esistenziale, anedonia (incapacità di provare piacere) e demotivazione, ostacolando il normale sviluppo psicologico e sociale.

Strategie di intervento e prevenzione

Alla luce di questi dati, emerge con chiarezza la necessità di agire su più livelli:

1. Presidi di ascolto e consulenza psicologica nelle scuole

Rafforzare i servizi di supporto psicologico all'interno degli istituti scolastici, garantendo la presenza continuativa di professionisti formati e accessibili, in grado di accogliere e accompagnare il vissuto emotivo dei ragazzi.

Promozione del benessere psico-emotivo nei curricula scolastici

Introdurre e sistematizzare percorsi educativi su emozioni, identità, affettività, resilienza e progettualità. Dare spazio al pensiero critico, alla riflessione esistenziale e al dialogo, anche attraverso metodologie partecipative. Questi percorsi possono aiutare gli adolescenti a sviluppare una maggiore consapevolezza di sé, a gestire le proprie emozioni in modo sano e a costruire una visione più positiva del futuro.

3. Progetti di mentoring e figure adulte di riferimento

Opportunità di confronto con figure adulte significative al di fuori del nucleo familiare (educatori, tutor, allenatori, volontari), che possano diventare "alleati" dei ragazzi nel percorso di crescita.

4. Sostegno alle famiglie

Valorizzare interventi di sostegno genitoriale e mediazione familiare, in particolare nei casi in cui siano segnalate difficoltà comunicative, discontinuità affettive o conflittualità persistenti.

5. Interventi di comunità e coesione sociale

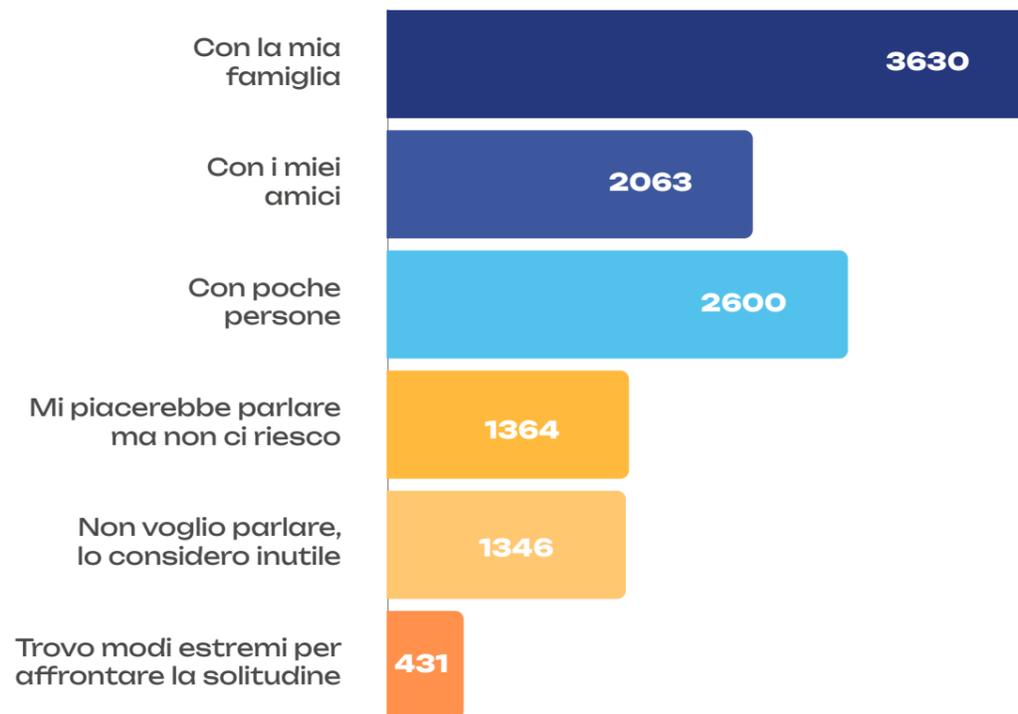
Favorire ambienti di vita ricchi di stimoli, sicuri e accoglienti. Creare spazi di aggregazione giovanile, progetti di cittadinanza attiva e percorsi creativi che aiutino gli adolescenti a costruire appartenenza, protagonismo e fiducia in sé stessi. Il senso di appartenenza a una comunità supportiva è un fattore protettivo fondamentale contro l'isolamento e il disagio.

CONCLUSIONI

I dati emersi dal sondaggio delineano una condizione complessa ma leggibile: una maggioranza di adolescenti mostra un buon grado di soddisfazione nella propria vita, ma una percentuale significativa vive forme di isolamento, fragilità relazionale e disorientamento personale. Questi aspetti non vanno letti come situazioni isolate, ma come segnali sistemici, che chiamano le istituzioni educative, sociali e sanitarie a una risposta coordinata. È necessario adottare una prospettiva biopsicosociale per comprendere appieno la complessità del disagio giovanile, tenendo conto dei fattori biologici, psicologici e sociali che interagiscono tra loro.

È fondamentale costruire reti territoriali di prevenzione, capaci di intercettare precocemente i segnali di malessere e accompagnare i giovani in percorsi di consapevolezza, cura e realizzazione personale. Investire oggi sulla salute emotiva degli adolescenti significa garantire adulti più forti, comunità più sane e una società più coesa. Un approccio preventivo efficace dovrebbe mirare a promuovere il benessere psicologico fin dalla prima infanzia, fornendo ai giovani gli strumenti emotivi e relazionali necessari per affrontare le sfide della vita.

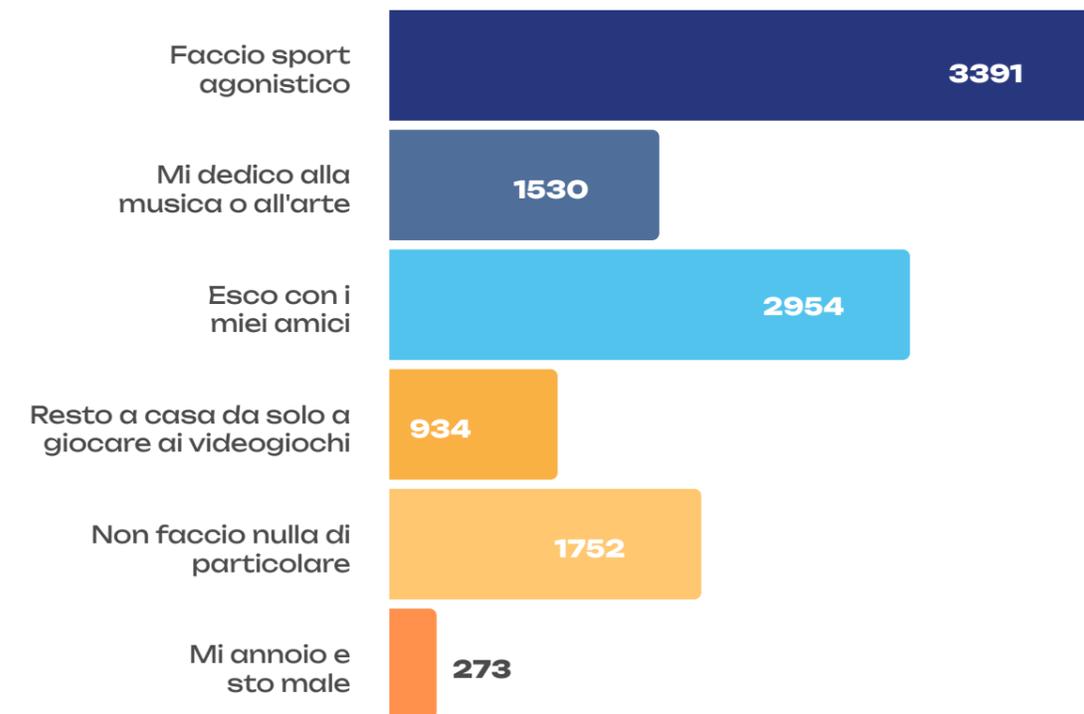
5 Comunicazione del disagio: Con chi parli dei tuoi problemi?



Oltre il 28% degli studenti non riesce o non vuole comunicare il proprio malessere. Inoltre, il 4% ricorre a "modi estremi", un campanello d'allarme importante che richiede interventi tempestivi di ascolto e supporto psicologico. La difficoltà o il rifiuto di comunicare il proprio disagio può esse-

re indicativo di sentimenti di vergogna, paura del giudizio o sfiducia negli altri. Il ricorso a "modi estremi" per affrontare la solitudine suggerisce una profonda sofferenza emotiva e una mancanza di strategie di coping sane.

6 Tempo libero e interessi: Come trascorri il tuo tempo libero?



Attività sociali e creative coinvolgono la maggior parte, ma il 25% vive il tempo libero in modo passivo o disagiato. L'8% si rifugia nei videogiochi, il 15% non fa nulla di significativo, e il 2% vive il tempo libero con sofferenza. La mancanza di at-

tività significative nel tempo libero può essere un sintomo di demotivazione, anedonia o ritiro sociale. L'uso eccessivo di videogiochi può rappresentare un tentativo di evitamento o di gestione disfunzionale di emozioni negative.

CONCLUSIONI GENERALI

Il disagio giovanile si manifesta in varie forme: solitudine, difficoltà a parlare, scarsa socializzazione, pessima percezione di sé o della propria

vita. La fascia d'età considerata è particolarmente vulnerabile, poiché coinvolta in fasi di crescita e costruzione dell'identità.

Proposte di intervento

1. Sportello di ascolto psicologico scolastico, accessibile e anonimo, per offrire supporto immediato.
2. Laboratori espressivi (musica, arte, scrittura) per canalizzare emozioni e migliorare l'autostima.
3. Progetti di educazione emotiva e affettiva, integrati nei programmi scolastici.
4. Iniziative di socializzazione (gruppi sportivi, doposcuola, volontariato) per contrastare l'isolamento.
5. Formazione per genitori e insegnanti sul riconoscimento precoce dei segnali di disagio.
6. Campagne contro lo stigma del disagio mentale e sull'importanza di chiedere aiuto.

Cosa penso in generale

RELAZIONE SONDAGGIO

Modulo 4



Pur prevalendo una visione ottimistica (circa il 78% tra ottimisti e moderatamente ottimisti), circa 2.454 ragazzi manifestano incertezza, paura o totale mancanza di fiducia. Questa discrepanza evidenzia una vulnerabilità psicologica significativa. La paura del futuro, in particolare, può generare ansia cronica, sentimenti di impotenza e una compromissione della capacità di progettazione e di investimento nel proprio percorso di vita. Questa fragilità può ripercuotersi negativamente sull'autostima e sul senso di potere personale dei giovani, alimentando un disagio esistenziale che necessita di attenzione e supporto. Questi

dati evidenziano un'area critica: un numero significativo di adolescenti non riesce a proiettarsi in modo positivo nel domani. Questo può essere legato a fattori come la precarietà sociale, l'ansia climatica, l'instabilità familiare o la pressione scolastica. È necessario rafforzare gli strumenti di orientamento, ascolto e sostegno psicologico per accompagnare i giovani nella costruzione del proprio futuro.

La presenza così consistente di giovani che si dichiarano disillusi o impauriti interroga il mondo adulto – istituzioni, scuola, famiglie, comunità – sulla qualità delle risposte educative, sociali

1 Come vedi il tuo futuro?

44,2%

Sono moderatamente ottimista

34,1%

Mi vedo bene realizzato

12,7%

Ho paura del futuro

6,6%

Non riesco a essere ottimista

2,5%

Non vedo per niente bene il mio futuro

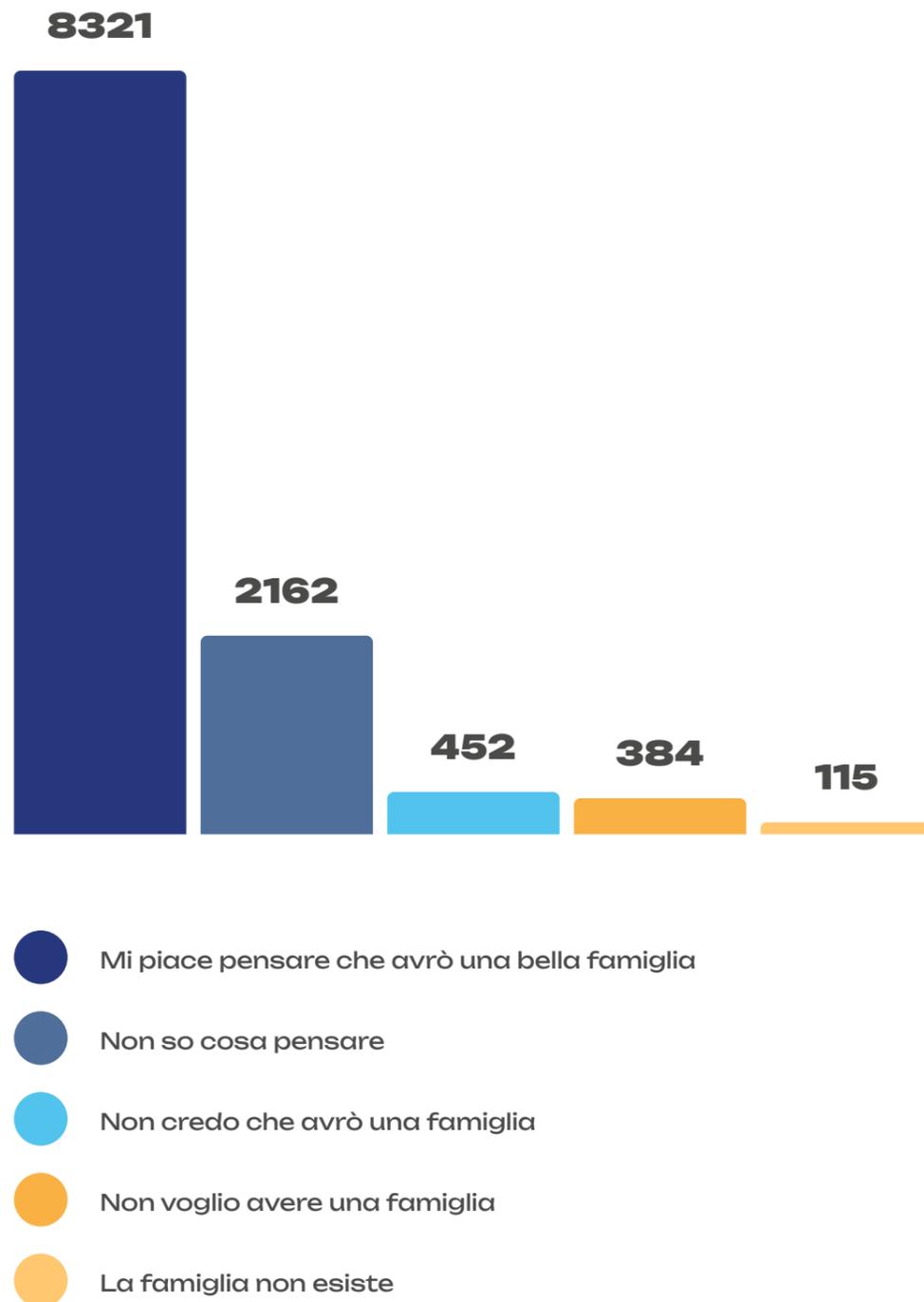
e culturali che stiamo offrendo. Il futuro è uno spazio di progettazione e speranza, ma per una parte non trascurabile dei giovani esso appare sfocato, instabile o addirittura minaccioso.

Le cause possono essere molteplici: la precarietà percepita del mondo del lavoro, l'instabilità sociale, l'ansia da prestazione scolastica, le difficoltà relazionali o familiari, e più in generale il senso di smarrimento in un contesto globale segnato da crisi ambientali, conflitti e rapide trasformazioni tecnologiche.

Questi risultati, nel loro insieme, suggeriscono l'urgenza di azioni coordinate e sistemiche di

ascolto, orientamento e sostegno psicologico. È fondamentale che i giovani si sentano protagonisti attivi e non spettatori passivi del loro futuro, e che vengano messe in campo politiche educative e sociali capaci di rafforzare la fiducia, la resilienza e la capacità progettuale delle nuove generazioni.

2 Cosa pensi riguardo all'idea di avere una famiglia in futuro?



Quasi tre quarti del campione manifesta un'idea positiva e costruttiva rispetto alla prospettiva familiare, esprimendo il desiderio di costruire una "bella famiglia". Questo dato conferma che, nonostante i cambiamenti culturali e sociali in atto, la famiglia continua a rappresentare un riferimento centrale, affettivo e progettuale, per la maggior parte dei giovani.

Tuttavia, emerge con chiarezza anche una zona d'ombra significativa, rappresentata da oltre un quarto del campione (27,3%) che si colloca tra l'incertezza, il rifiuto o il disincanto nei confronti

dell'idea di famiglia. In particolare:

Quasi 1 giovane su 5 dichiara di non sapere cosa pensare: questo dato rivela una condizione di sospensione identitaria e progettuale che può essere sintomo di fragilità educativa, mancanza di modelli familiari positivi o semplicemente disorientamento tipico dell'età evolutiva.

829 studenti (7,4%) esprimono un giudizio esplicitamente negativo o distaccato: chi non vuole una famiglia, chi non crede di poterne avere una e chi arriva a negarne l'esistenza come concetto.

POSSIBILI CHIAVI INTERPRETATIVE

Questa incertezza può riflettere:

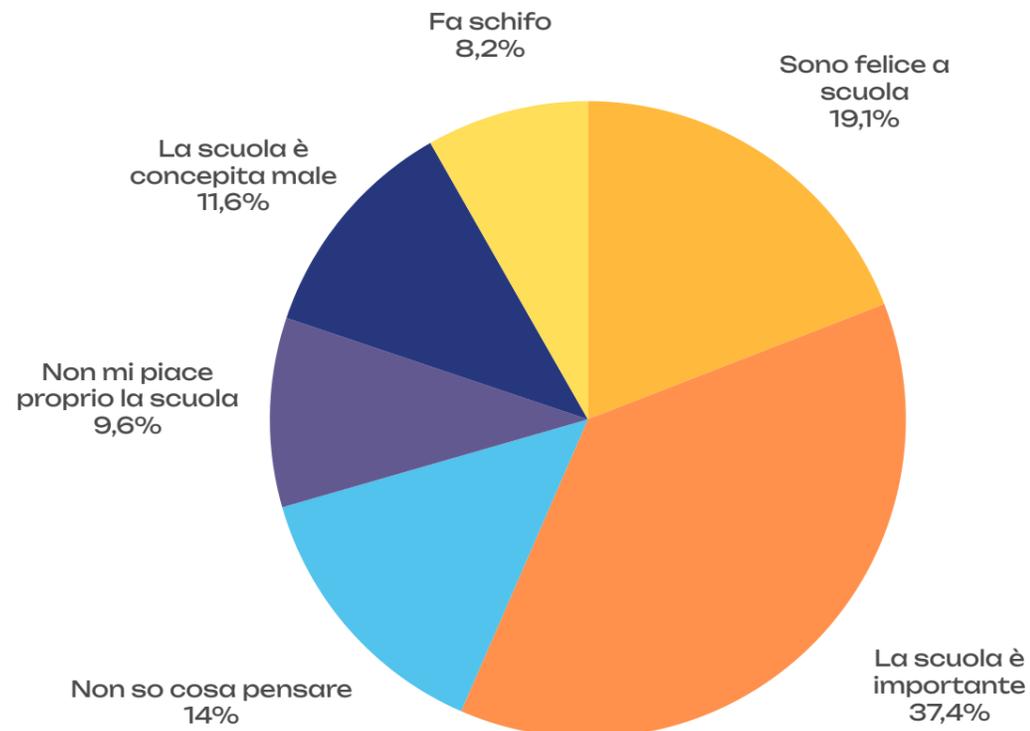
- una confusione interna legata alla propria identità e al proprio ruolo futuro
- una difficoltà nell'immaginare scenari relazionali intimi e duraturi
- una potenziale internalizzazione di modelli familiari disfunzionali

Il rifiuto esplicito, sebbene minoritario, può indicare esperienze negative pregresse. Molti adolescenti vivono in famiglie segnate da separazioni, conflitti o disgregazione, con un impatto diretto sulla loro visione della famiglia come luogo sicuro e desiderabile.

- un timore profondo dell'impegno
- il peso delle aspettative: la famiglia, per molti, è percepita come un progetto difficile da realizzare, soprattutto in un contesto segnato da precarietà lavorativa e incertezza esistenziale
- una visione del mondo che valorizza primariamente l'individualismo e l'autonomia a discapito dei legami affettivi stabili

Alcuni giovani interiorizzano valori legati all'autonomia radicale, alla libertà individuale o alla sfiducia nei legami duraturi, anche a causa dell'influenza di narrazioni sociali e digitali.

3 Come ti senti riguardo alla scuola?



La risposta più frequente evidenzia che oltre un terzo degli studenti (37,4%) riconosce il valore della scuola come istituzione e luogo di crescita. Tuttavia, appare con forza un'area di malessere diffuso e articolato, che coinvolge più della metà del campione (circa il 62,6%) tra incertezza, rifiuto e critica strutturale. Questo elevato livello di insoddisfazione e disinvestimento scolastico ha profonde ripercussioni psicologiche. L'indifferenza può segnalare anedonia, demotivazione e

un senso di alienazione dal contesto educativo. Il rifiuto esplicito è spesso indicatore di frustrazione accumulata, vissuti di inadeguatezza o di esclusione, che possono minare l'autostima e il senso di competenza. La critica al sistema, sebbene più orientata all'esterno, riflette comunque un disagio rispetto al proprio percorso formativo e una percezione di mancata rispondenza ai propri bisogni.

Tre aspetti meritano particolare attenzione:

1. L'indifferenza e la confusione

Il 14,1% degli studenti non sa esprimere un'opinione sulla scuola. Questo dato segnala un disinvestimento emotivo e cognitivo, sintomo di una possibile distanza dalla funzione educativa o di mancanza di stimoli significativi nel percorso scolastico.

2. Il rifiuto esplicito

sommando le risposte "non mi piace" e "fa schifo", ben 2.012 studenti (17,8%) esprimono una forte avversione verso la scuola, utilizzando termini netti, non filtrati, che possono riflettere frustrazione, senso di esclusione o disagio emotivo.

3. La critica al sistema

1.324 studenti (11,7%) dichiarano che "la scuola è concepita male". Questa risposta, sebbene espressa in modo generico, mostra una percezione non tanto contro la scuola in sé, ma contro il modo in cui è strutturata, indicando la consapevolezza che qualcosa nel modello educativo non funziona per una parte degli studenti.

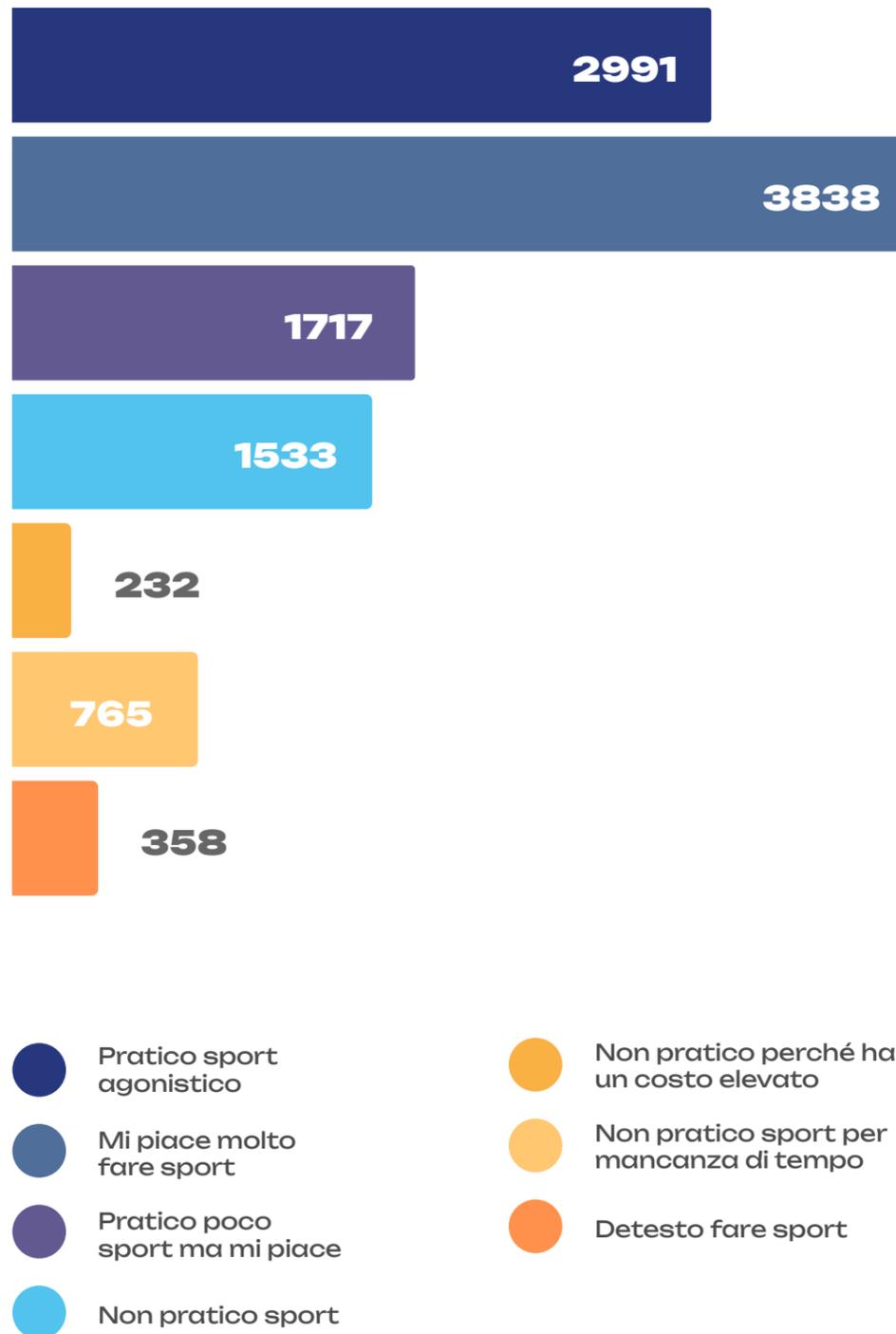
Possibili letture del disagio scolastico

Il disagio espresso può avere molteplici origini:

- Metodologie didattiche poco coinvolgenti, spesso ancora trasmissive e lontane dai linguaggi e interessi degli adolescenti.
- Stress scolastico e ansia da prestazione, accentuati da valutazioni continue e aspettative elevate.
- Carente personalizzazione dei percorsi di apprendimento, con difficoltà a valorizzare i talenti individuali o ad accogliere le differenze.
- Scarsa connessione tra scuola e vita reale, che rende faticosa la percezione di utilità dei contenuti proposti.
- Relazioni educative fragili o non significative, in cui il senso di appartenenza e il rapporto con i docenti risulta debole o conflittuale.

Il sondaggio restituisce un'immagine sfaccettata e talvolta inquietante della condizione giovanile. Accanto a segnali di vitalità e progettualità, emergono aree gravi di solitudine, disorientamento e sfiducia. Il disagio giovanile non può essere più considerato un tema marginale, ma va affrontato come una priorità nazionale.

4 Quale è il tuo rapporto con lo Sport?



Nel quadro del sondaggio somministrato una delle domande fondamentali ha riguardato il rapporto dei giovani con lo sport, inteso non solo come pratica fisica, ma come esperienza formativa e fattore di benessere psico-sociale. Le risposte evidenziano una diffusa consapevolezza dell'importanza dell'attività sportiva, ma anche la presenza di ostacoli materiali e organizzativi che ne limitano la pratica regolare per una parte non trascurabile dei ragazzi. La correlazione positiva tra la pratica sportiva e il benessere psicologico è ampiamente documentata. La mancanza di accesso allo sport, per motivi economici o di tempo, priva questi giovani di un importante fattore protettivo contro lo stress, l'ansia e la depressione. A livello psicologico, l'impossibilità di partecipare ad attività sportive può generare sentimenti di esclusione, frustrazione e una minore opportunità di sviluppare competenze sociali e di autostima.

La fotografia che emerge, comunque, restituisce un quadro sostanzialmente positivo, con circa 75% degli studenti che mostrano una relazione positiva con lo sport: quasi uno su tre lo pratica a livello agonistico, mentre oltre un terzo lo vive con piacere e continuità. Inoltre, un ulteriore 15% manifesta interesse e apprezzamento per lo sport pur praticandolo saltuariamente, segnale che ne riconosce il valore anche se non riesce a inserirlo con regolarità nella propria quotidianità. Tuttavia, circa 2.500 studenti (22%) dichiarano di non praticare sport, e tra questi emerge chiaramente la presenza di fattori esterni limitanti: il costo economico e la mancanza di tempo sono indicati rispettivamente dal 2% e dal 6,7% del campione come motivazioni principali. Questi dati vanno letti non come disinteresse, ma come effetto di disuguaglianze economiche o di una vita scolastica e familiare sovraccarica, che non lascia spazio al movimento e al benessere fisico.

Lo sport come strumento di crescita e consapevolezza educativa

Le risposte raccolte suggeriscono che una larga maggioranza dei giovani è consapevole del valore dello sport, non solo come attività ludica o competitiva, ma come esperienza fondamentale per l'equilibrio personale, lo sviluppo delle com-

petenze trasversali e il benessere emotivo. La diffusione della pratica agonistica e la dichiarazione esplicita del piacere per l'attività sportiva indicano che i giovani riconoscono:

Il valore formativo della disciplina, della costanza e dell'impegno

La funzione dello sport come ambiente relazionale dove si sperimentano cooperazione, rispetto delle regole e gestione della frustrazione;

L'importanza dello sport nella costruzione dell'identità, dell'autostima e nel contrasto al disagio adolescenziale.

Indicazioni per le istituzioni scolastiche e sportive

Alla luce di questi elementi, appare fondamentale che le istituzioni – scolastiche, educative, comunali e sportive – agiscano con decisione per

abbattere le barriere all'accesso allo sport e per potenziare la dimensione educativa dell'attività fisica. In particolare:

1. Sport accessibile a tutti

Sostenere economicamente le famiglie in difficoltà attraverso voucher sportivi, convenzioni tra scuole e associazioni, potenziamento dell'offerta sportiva pubblica e gratuita.

2. Più tempo per il movimento

Rivedere i ritmi scolastici e promuovere la diffusione dello sport all'interno dell'orario scolastico, anche in orizzonti interdisciplinari.

3. Formazione degli educatori sportivi

Favorire la crescita di una figura di allenatore-educatore, che sappia coniugare competenza tecnica con attenzione ai bisogni evolutivi e relazionali dei ragazzi.

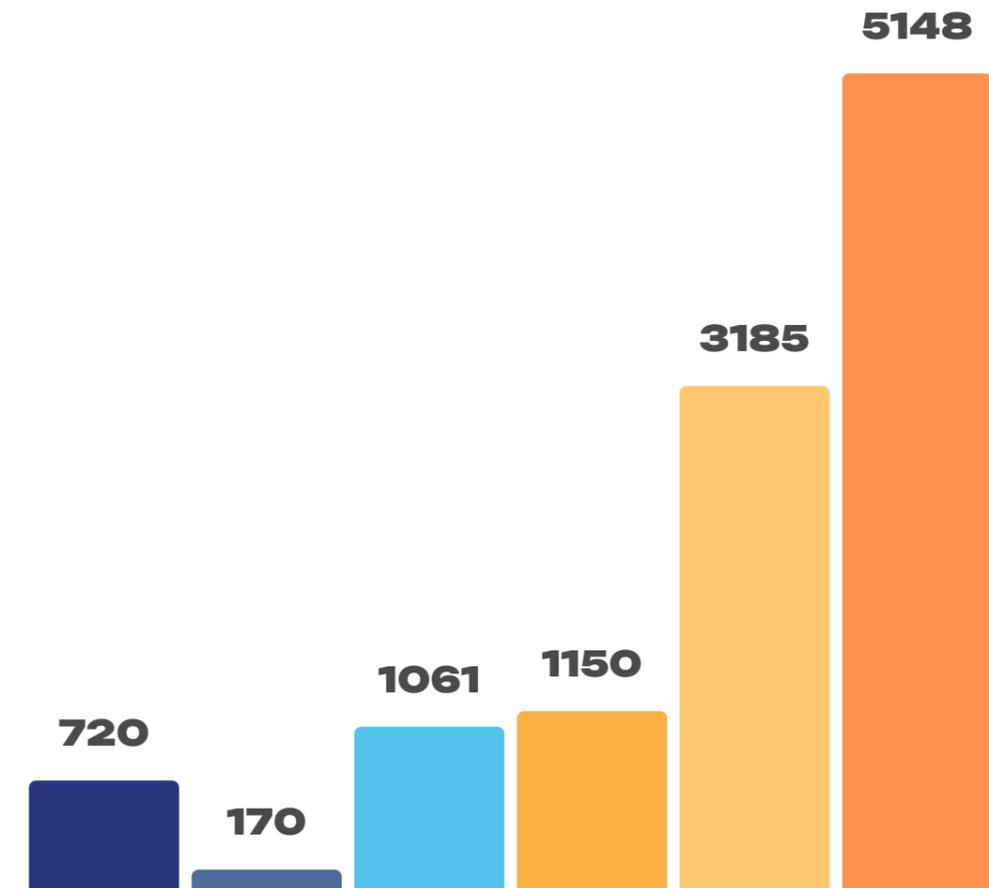
4. Sport come strumento di inclusione

Valorizzare la pratica sportiva come ambiente privilegiato per l'integrazione sociale, anche per minori stranieri, studenti con disabilità o giovani a rischio di marginalità.

5. Campagne di comunicazione

Promuovere il valore dello sport non solo in termini di salute, ma come ambiente formativo e culturale, superando lo stereotipo dell'attività fisica come secondaria rispetto ai saperi scolastici.

5 Quale è il tuo rapporto con il fumare e/o bere?



- Fumare e/o bere mi piace molto
- Solo quando mi sballo sto bene
- Fumo e/o bevo ma solo nei fine settimana

- Non so cosa pensare
- Fumare e/o bere non va bene e non lo faccio
- Detesto fumare e bere

I dati restituiscono un quadro in cui prevale la consapevolezza dei rischi legati a fumo e alcol: oltre 7.200 studenti (63%) si dichiarano contrari a questi comportamenti, in modo netto e cosciente. Di particolare rilievo il dato di coloro che affermano di detestarli, che rappresentano quasi la metà del campione.

Tuttavia, esiste un'area significativa di giovani (circa 16,7%) che dichiara un consumo abituale o ricreativo, in particolare nei fine settimana. La percentuale più allarmante riguarda i 168 studenti (1,5%) che affermano che "solo quando mi sballo sto bene": questa risposta segnala un disagio psicologico acuto, dove il ricorso a sostanze non

è trasgressione ma modalità compensatoria per gestire stati interiori negativi. Ciò rappresenta un campanello d'allarme cruciale ed indica un disagio emotivo profondo e una compromessa capacità di regolazione affettiva, dove le sostanze vengono utilizzate come un maldestro tentativo di autoterapia. L'incertezza di un ulteriore 10% evidenzia una vulnerabilità all'influenza dei pari e alla sperimentazione di comportamenti a rischio.

Un ulteriore 10% circa (1.141 studenti) si dichiara incerto sul tema, segno di una fragilità di valori o di un'esposizione a contesti ambigui, dove i riferimenti educativi possono risultare deboli o contraddittori.

Cause e fattori scatenanti: cosa spinge i giovani verso fumo, alcol e droghe

Le evidenze raccolte indicano che il ricorso a sostanze da parte degli adolescenti non è mai solo un fatto individuale, ma si intreccia con fattori psicologici, familiari, relazionali, sociali e culturali. In particolare:

Bisogno di accettazione: spesso fumare o bere diventa una chiave d'accesso ai gruppi di pari. La pressione del gruppo e il desiderio di essere inclusi alimentano la conformazione a modelli dannosi. Questo riflette un forte bisogno di appartenenza e di validazione sociale tipico dell'adolescenza, che può portare i giovani a compromettere la propria salute pur di sentirsi accettati.

Ricerca di evasione o autogestione dello stress: la scuola, la famiglia o le relazioni personali possono generare ansia, solitudine, frustrazione o noia. In questo contesto, il ricorso a fumo e alcol può diventare un auto-trattamento emotivo, pur privo di strumenti di consapevolezza. Questo comportamento rivela una difficoltà nella rego-

lazione emotiva e una mancanza di strategie di coping adattive, indicando un potenziale disagio psicologico sottostante.

Modelli culturali normalizzanti: la pubblicità, la musica, i social media e le narrazioni cinematografiche spesso banalizzano il consumo di alcol e lo associano a libertà, divertimento, seduzione. L'esposizione a questi modelli può influenzare la percezione dei rischi e normalizzare comportamenti dannosi, soprattutto in una fase di sviluppo dell'identità e di ricerca di modelli di riferimento.

Carente alfabetizzazione emotiva: molti giovani non sono educati a riconoscere, esprimere e gestire le emozioni. Dove mancano parole, si cercano scorciatoie chimiche. Questa carenza rende i giovani più vulnerabili al ricorso a sostanze come mezzo per gestire emozioni intense o negative, evidenziando la necessità di interventi psicoeducativi mirati.

Fotografia dello stato psicofisico giovanile

Se colleghiamo questi dati a quelli emersi dalle altre sezioni del sondaggio (sul futuro, la scuola, la famiglia), possiamo concludere che una parte significativa dei giovani vive una condizione di incertezza, stress o fragilità psicologica, pur in un contesto generale dove permane un forte desiderio di realizzazione. Questa discrepanza tra aspirazioni e vissuto di fragilità può generare un forte conflitto interiore e alimentare sentimenti di frustrazione e inadeguatezza, contribuendo al disagio minorile.

Il dato dei 168 ragazzi che dichiarano di "stare bene solo quando si sballano" è da leggere come indicatore sentinella di disagio profondo: non si tratta solo di comportamenti a rischio, ma di una

vera e propria fame di sollievo e senso. Questo segnale estremo evidenzia una compromissione significativa del benessere psicofisico e la necessità di un intervento psicologico urgente e mirato.

In questi casi, lo stato psicofisico degli adolescenti può essere compromesso da:

- Inadeguato supporto emotivo da parte della famiglia o della scuola;
- Senso di impotenza o perdita di fiducia nel futuro;
- Difficoltà relazionali o isolamento sociale;
- Carenza di spazi sicuri per l'ascolto e l'espressione di sé.

Raccomandazioni per le istituzioni, la scuola e la società civile

1. Educazione alla salute e alla consapevolezza

Introdurre in modo strutturato percorsi di prevenzione nelle scuole, incentrati non solo sui danni del fumo e dell'alcol, ma anche su educazione affettiva, gestione dell'ansia, alfabetizzazione emotiva.

2. Presidi psicologici scolastici stabili e visibili

Garantire sportelli d'ascolto ben pubblicizzati e integrati nel sistema scolastico, capaci di accogliere senza giudizio e orientare.

3. Coinvolgimento delle famiglie

Promuovere una cultura genitoriale consapevole, in grado di riconoscere i segnali di disagio e di costruire un dialogo educativo attento.

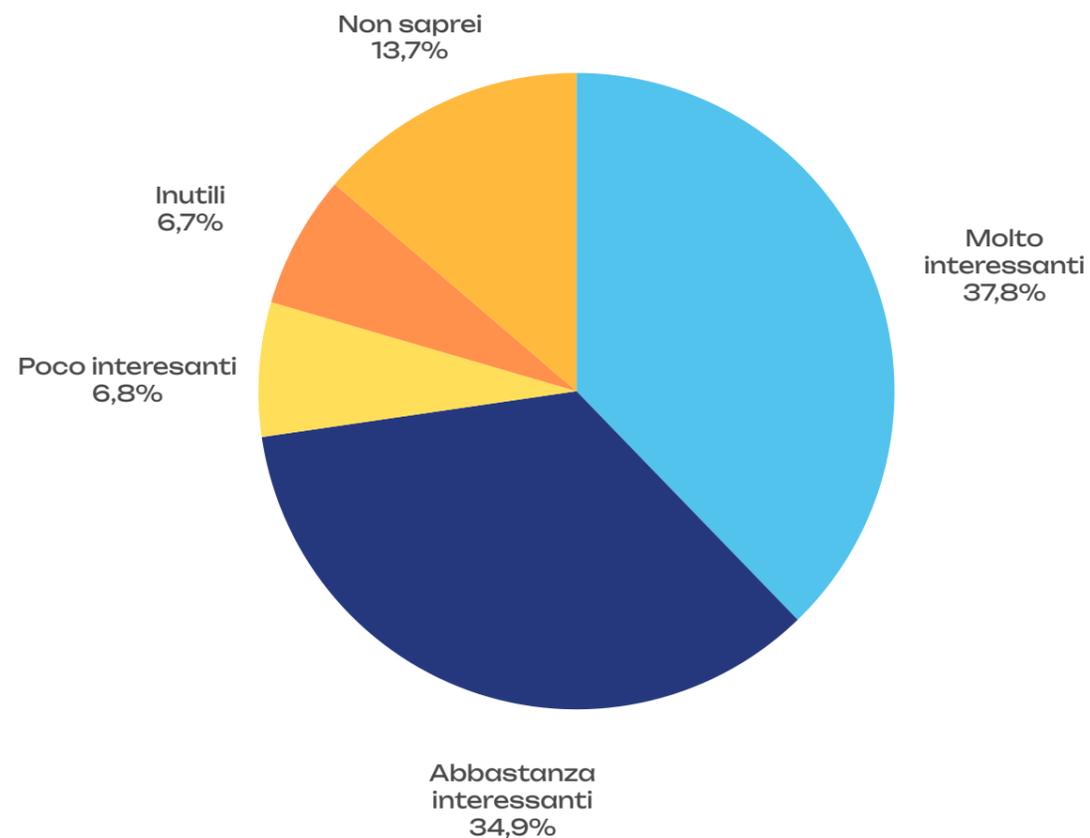
4. Alternative sane e inclusive

Moltiplicare le opportunità sociali, sportive e culturali gratuite o accessibili sul territorio, che offrano occasioni di aggregazione e identità positiva.

5. Superamento dello stigma

Smettere di trattare il consumo di sostanze come una colpa, e cominciare a leggerlo come sintomo di una fragilità che va accolta, letta e trasformata.

6 Cosa pensi delle iniziative di sensibilizzazione sul bullismo e sul disagio giovanile?



Il 72,8% del campione esprime un livello di interesse medio-alto per le iniziative di sensibilizzazione, evidenziando una larga e positiva ricezione di tali proposte. Questa percentuale suggerisce che la maggior parte degli adolescenti:

- Comprende la gravità e la diffusione dei fenomeni di bullismo;
- Riconosce il disagio giovanile come una realtà trasversale che può toccare chiunque, anche in modo silenzioso;

- Attribuisce valore ai percorsi informativi, alle campagne e agli spazi di ascolto che cercano di dare voce e strumenti alle vittime.

Questo dato è incoraggiante, poiché segnala che gli adolescenti non sono indifferenti a queste problematiche, e che le azioni educative promosse da scuole, enti e associazioni possono trovare terreno fertile nella loro coscienza.

Area di incertezza o resistenza

Tuttavia, quasi 15% degli studenti si dichiara poco interessato o addirittura giudica inutili tali iniziative. A questi si somma un ulteriore 13,6% di studenti indecisi, per i quali emerge una fragilità di riflessione o un'esposizione passiva a questi temi. Le motivazioni possono essere diverse: Saturazione comunicativa: le campagne, se troppo simili o scollegate dalla realtà dei giovani, possono apparire ripetitive o retoriche.

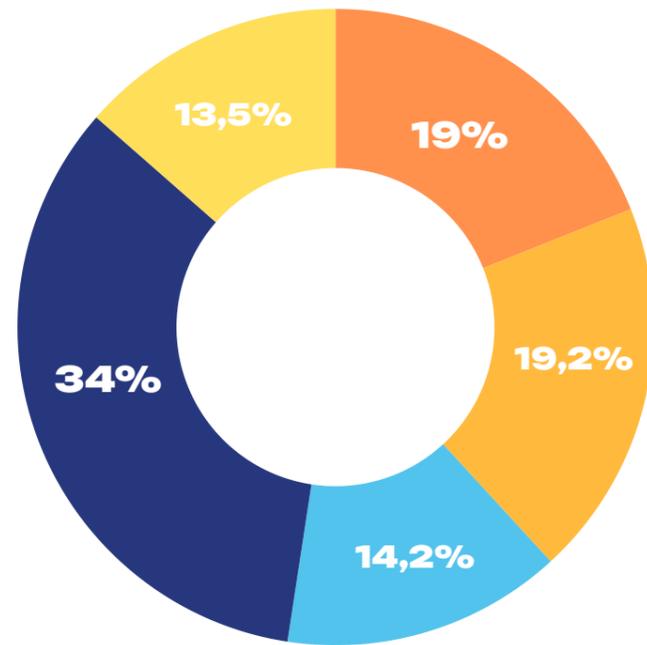
Esperienze personali non elaborate: alcuni adolescenti, se hanno subito atti di bullismo o vivono un disagio interiore, possono rigettare il tema per difesa o mancanza di strumenti per affrontarlo. Percezione di scarsa efficacia delle iniziative: se non accompagnate da cambiamenti concreti nella vita scolastica e sociale, le campagne rischiano di sembrare simboliche o distanti.

Il bullismo e il disagio giovanile: il bisogno di dare parola all'esperienza

Il fatto che una larga parte del campione attribuisca valore a questi temi è un segnale importante. Significa che i giovani stanno sviluppando una coscienza critica e che riconoscono il bullismo e il disagio psico-emotivo come fattori che minano la libertà, l'autostima e il futuro di molti.

Questa consapevolezza non va data per scontata: è il frutto di anni di lavoro nelle scuole, nei media e nel mondo associativo. Tuttavia, deve essere alimentata attraverso modalità nuove e autentiche.

7 Quale iniziative proporresti nella tua scuola?



- Più uscite didattiche (cinema/incontri, ecc.)
- Incontri sul tema della violenza di genere
- Incontri sul tema del bullismo
- Incontri sul tema delle dipendenze
- Sportello psicologico

(Dato che la domanda prevedeva risposte multiple, le percentuali non sono cumulative ma indicano l'intensità dell'interesse per ciascun tema.)

ANALISI QUALITATIVA E INTERPRETAZIONE DEI DATI

1. Forte richiesta di esperienze educative oltre l'aula

Il dato più alto – 7.122 studenti – riguarda la volontà di uscire dai confini dell'aula per vivere esperienze didattiche più coinvolgenti, concrete e relazionali: cinema, incontri pubblici, visite culturali, progetti sul territorio. Questo non è solo un bisogno ricreativo, ma esprime la domanda di

una scuola aperta al mondo, dinamica e integrata con la realtà sociale e culturale. I ragazzi sentono il bisogno di apprendere attraverso l'esperienza e di dare senso vivo e attuale ai contenuti scolastici.

2. Grande attenzione alla violenza di genere e al bullismo

L'alto numero di studenti che indica la violenza di genere (4.030) e il bullismo (3.958) come temi su cui vorrebbero più incontri rivela una forte consapevolezza sociale e civica. Le nuove generazioni sentono il peso delle disuguaglianze, delle discriminazioni, delle sopraffazioni quotidiane. Richiedono alla scuola non solo informazione, ma

confronto, spazio di parola, strumenti per riconoscere e combattere queste dinamiche. Questo dato è coerente con le precedenti risposte sul valore delle iniziative di sensibilizzazione: non si tratta di passività o ricezione passiva, ma di un desiderio attivo di affrontare queste sfide nel contesto educativo.

3. Interesse significativo per il tema delle dipendenze

Quasi 3.000 studenti hanno segnalato il desiderio di trattare il tema delle dipendenze (alcol, fumo, droga, ma anche dipendenze digitali). Questo interesse mostra che, pur vivendo in un contesto in cui il consumo di sostanze è spesso normalizzato o banalizzato, molti adolescenti

desiderano comprenderne i rischi, discuterne con adulti credibili, confrontarsi con testimonianze reali. È un bisogno di prevenzione partecipata e non impositiva, che interpella le scuole e le istituzioni sanitarie.

4. Bisogno latente ma reale di supporto psicologico

Lo sportello psicologico scolastico è indicato da 2.834 studenti, un dato rilevante e non scontato. Nonostante lo stigma ancora presente intorno alla salute mentale, questa cifra mostra che una parte consistente dei ragazzi desidera uno spazio di ascolto, di parola e di accompagnamen-

to individuale. È la conferma che molti studenti sentono la necessità di affrontare paure, dubbi, ansie, difficoltà familiari o relazionali, e che vedono nella scuola un possibile punto di riferimento protetto.

Conclusioni

I risultati del sondaggio nazionale offrono un quadro nitido del disagio e delle speranze degli adolescenti italiani, evidenziando sfide multidimensionali che richiedono interventi altrettanto articolati. L'ampia partecipazione (migliaia di studenti) conferisce solidità ai dati: una quota significativa di ragazzi riferisce sintomi di malessere psicologico e incertezza verso il futuro. In particolare, circa due su cinque adolescenti hanno sperimentato un impatto negativo sulla propria salute mentale negli ultimi anni, dato in linea con le evidenze internazionali che stimano come globalmente un adolescente su sette conviva con un disturbo mentale, con depressione e ansia tra le principali cause di malessere in questa fascia d'età. Non sorprende che a risentire maggiormente del disagio siano spesso le ragazze, in cui si registra una prevalenza più alta di sintomi d'ansia e depressivi. Uno studio recente condotto durante la pandemia in Italia ha rilevato tassi allarmanti di problemi emotivi: quasi la metà degli adolescenti mostrava livelli clinicamente significativi di ansia, circa uno su cinque presentava sintomi depressivi importanti. Questi dati sottolineano la portata del disagio psicologico adolescenziale in Italia, un fenomeno complesso che non può essere sottovalutato nelle sue implicazioni per lo sviluppo individuale e per la salute pubblica futura. L'esperienza di un impatto negativo sulla salute mentale in una fase così cruciale della vita può avere ripercussioni a lungo termine sul benessere emotivo, sulle relazioni sociali, sul rendimento scolastico e sulle traiettorie di vita. Questo scenario conferma l'urgenza di potenziare i sistemi di supporto: secondo l'Organizzazione Mondiale della Sanità, trascurare la salute mentale in adolescenza comporta conseguenze che si estendono all'età adulta, limitando le opportunità di vita dei giovani. Pertanto, i dati raccolti vanno interpretati come un campanello

d'allarme ma anche come una base conoscitiva per orientare azioni evidence-based, tenendo conto dei molteplici fattori coinvolti nel benessere adolescenziale.

In ottica teorica, la complessità emersa dal sondaggio trova riscontro nella teoria socio-ecologica dello sviluppo, che sottolinea come il benessere dei giovani derivi dall'interazione di fattori individuali, relazionali e contestuali. I risultati evidenziano infatti dinamiche multi-livello: sul piano individuale emergono fragilità emotive e comportamenti a rischio; a livello microsistemico (famiglia e amici) si osserva come relazioni di qualità possano fungere da fattore protettivo; infine, contesti più ampi come la scuola e la comunità mostrano il loro peso cruciale sia come fattori di rischio (es. ambienti scolastici percepiti come poco accoglienti) sia come possibili risorse. Questa prospettiva integrata è coerente con le più recenti ricerche sulla resilienza: una rassegna del 2021 ha concluso che in 25 studi analizzati livelli più elevati di resilienza risultano invariabilmente associati a minori problemi di salute mentale nei giovani. Inoltre, la resilienza giovanile scaturisce da una combinazione di fattori individuali, familiari, sociali e culturali – in linea con l'approccio "multisystem" delle teorie contemporanee sulla resilienza.

Dai dati del sondaggio spicca il ruolo ambivalente della scuola. Da un lato, molti studenti dichiarano di "non amare" l'ambiente scolastico e percepiscono l'istituzione come poco attenta al loro benessere. Dall'altro lato, chi gode di un clima scolastico positivo e di buone relazioni con docenti e compagni mostra una capacità più alta di far fronte allo stress: nel nostro sondaggio, le amicizie e il sostegno dei pari emergono come un fattore protettivo cruciale, confermando che relazioni scolastiche positive possono mitigare gli effetti del disagio. Queste evidenze richia-

mano i concetti della pedagogia del benessere, orientata a fare della scuola non solo un luogo di istruzione ma anche di crescita personale armonica. La pedagogia del benessere si fonda sul convincimento che "imparare a star bene" sia possibile e possa essere insegnato, così che ogni studente sviluppi la capacità di costruire attivamente il proprio benessere. Non si tratta solo di garantire risorse materiali, ma di promuovere qualità nelle scelte individuali e sociali quotidiane degli studenti, affinché il "benessere" coincida con un autentico sentirsi bene nella vita di scuola e fuori. In questa direzione vanno le politiche educative più avanzate: l'OMS già da tempo promuove il modello della Health Promoting School, raccomandando di coinvolgere operatori sanitari, dirigenti, insegnanti, famiglie e comunità per rendere la scuola un luogo che favorisca la salute a 360 gradi. In Italia, il Ministero dell'Istruzione (MIUR/MIM) ha riconosciuto questa priorità: già nel 2019, in accordo con il Ministero della Salute, ha sottoscritto indirizzi di policy integrate per la "scuola che promuove salute", istituendo tavoli di lavoro su tematiche come dipendenze, salute mentale e disturbi alimentari. Inoltre, nel 2020 ha siglato un Protocollo d'Intesa con l'Ordine degli Psicologi per potenziare il supporto psicologico nelle scuole, emanando linee di indirizzo specifiche per il benessere post-Covid. Tali linee guida sottolineano l'importanza di offrire ascolto e sostegno psicologico a studenti e personale scolastico come misura preventiva indispensabile, ribadendo il dato preoccupante che almeno un italiano su due (dunque presumibilmente anche molti adolescenti) sente il bisogno di aiuto psicologico per affrontare ansia, depressione e difficoltà emerse nel post-pandemia. La scuola, in sintesi, è chiamata a trasformarsi in una comunità educante in cui apprendimento e benessere viaggiano insieme: introduzione sistematica dell'educazione socio-emotiva nei curricula, sportelli d'ascolto e psicologi scolastici, programmi antibullismo e di educazione digitale, opportunità di partecipazione attiva degli studenti. Investire nel benessere scolastico non è accessorio: studi mostrano che una buona salute mentale si associa a migliori risultati scolastici e minor abbandono, creando un circolo virtuoso in cui lo

studente si sente valorizzato e dunque maggiormente motivato e integrato. Il ruolo ambivalente della scuola sottolinea la sua importanza cruciale come potenziale fattore sia di rischio che di protezione per il benessere psicologico degli adolescenti. Un ambiente scolastico percepito negativamente può esacerbare il disagio, mentre un clima positivo e relazioni supportive possono agire come un cuscinetto contro lo stress e promuovere la resilienza. Questo evidenzia la necessità di investire in interventi che trasformino la scuola in un vero e proprio ambiente di benessere.

Un elemento chiave emerso è il peso dello stile di vita sul benessere psicologico. Molti adolescenti del campione appaiono intrappolati tra sedentarietà e iperconnessione digitale: meno di uno su dieci pratica attività fisica quotidiana in linea con le raccomandazioni dell'OMS, mentre il tempo trascorso sui social media continua ad aumentare. Tale tendenza preoccupa, poiché la letteratura evidenzia una forte correlazione tra inattività fisica, uso eccessivo di schermi e sintomi ansioso-depressivi nei giovani (anche indipendentemente dagli effetti indiretti della pandemia). D'altro canto, l'esercizio fisico regolare rappresenta uno dei fattori protettivi più efficaci: una meta-analisi recente ha confermato che l'attività motoria riduce significativamente i sintomi depressivi negli adolescenti, con un effetto di entità moderata. Praticare sport o movimento non solo migliora la salute fisica, ma agisce come valvola di sfogo dello stress, migliora l'umore grazie alla neurochimica (endorfine) e incrementa la fiducia in se' stessi e nelle proprie capacità. Non a caso, anche le linee guida internazionali (OMS, UNICEF, UNESCO) pongono l'accento sullo sport e sulle attività ricreative come parte integrante dei programmi di promozione del benessere giovanile. Una scuola attenta alla salute mentale dovrebbe quindi incoraggiare lo sport (ad esempio attraverso attività extracurricolari, alleanze con associazioni sportive locali, uso didattico del movimento in classe) e promuovere un uso sano e consapevole delle tecnologie digitali. Le abitudini di vita sedentarie e l'uso problematico dei social media rappresentano fattori di rischio significativi per la salute mentale de-

gli adolescenti. L'inattività fisica priva i giovani dei benefici psicologici associati al movimento, mentre l'iperconnessione può contribuire a isolamento sociale, confronto sociale negativo e disturbi del sonno, tutti elementi che possono alimentare ansia e depressione. Promuovere stili di vita attivi e un uso consapevole delle tecnologie è quindi fondamentale. Quest'ultimo punto è cruciale: il sondaggio indica un aumento nell'uso problematico dei social media, specialmente tra le ragazze, con possibili ricadute negative sul benessere psicologico. Educare alle life skills digitali – ovvero a un rapporto equilibrato con internet, al pensiero critico di fronte ai contenuti online e alla gestione del tempo di connessione – è oggi parte integrante dell'educazione alla salute. Più in generale, il modello delle life skills promosso dall'OMS fornisce un quadro di riferimento prezioso: potenziare negli adolescenti abilità psicosociali come la gestione delle emozioni, il problem-solving, l'empatia, la comunicazione efficace e la resistenza alle pressioni dei pari li aiuta a fronteggiare meglio situazioni difficili e a evitare condotte a rischio. Numerosi programmi basati sulle life skills hanno mostrato efficacia nel ridurre ansia, stress e comportamenti di dipendenza negli adolescenti, rafforzandone al contempo l'autoefficacia e la resilienza personale. Questo suggerisce che introdurre sistematicamente l'educazione alle life skills nei percorsi scolastici – come peraltro raccomandato dall'UNESCO e dall'OMS – può rappresentare una strategia di prevenzione primaria contro il disagio giovanile. L'educazione alle life skills, sia digitali che psicosociali, emerge come uno strumento cruciale per dotare gli adolescenti delle competenze necessarie per navigare le sfide della vita e proteggere il proprio benessere mentale. Sviluppare la capacità di gestire le emozioni, risolvere i problemi, comunicare efficacemente e resistere alle pressioni negative può aumentare significativamente la resilienza e ridurre la vulnerabilità al disagio. Un altro asse fondamentale di intervento riguarda la famiglia e le relazioni sociali extra-scolastiche. I dati del sondaggio mostrano come la famiglia resti un punto di riferimento ambivalente: molti adolescenti riportano difficoltà comunicative o conflittualità con i genitori, ma

al tempo stesso proprio il periodo pandemico ha visto uno su due ragazzi riconoscere un miglioramento dei rapporti familiari, segno che nei momenti di crisi la coesione familiare può rafforzarsi e fungere da fattore protettivo. La letteratura concorda sul ruolo centrale del clima familiare: relazioni genitoriali improntate all'ascolto, al sostegno emotivo e alla stabilità affettiva proteggono i figli da esiti psicopatologici e promuovono capacità di coping adattivo. Al contrario, ambienti familiari caratterizzati da violenza domestica, trascuratezza o elevato conflitto rappresentano potenti fattori di rischio che aumentano la vulnerabilità al disagio psicologico. È dunque essenziale che le politiche di prevenzione coinvolgano attivamente le famiglie, offrendo sia percorsi di formazione genitoriale (parent training sulle competenze educative e comunicative) sia servizi di supporto (sportelli per le famiglie, mediazione nei casi di conflitto, interventi domiciliari nelle situazioni a rischio). Anche le relazioni sociali tra pari e con altri adulti significativi rivestono un peso importante: sentirsi parte di un gruppo di amici, avere possibilità di socializzazione sana (in oratorio, in associazioni culturali, sportive, gruppi giovanili) alimenta il senso di appartenenza e contrasta l'isolamento emotivo. Non va dimenticato che l'adolescenza è anche l'età delle prime sperimentazioni: alcuni dati del sondaggio segnalano comportamenti a rischio come uso di sostanze (alcol, cannabis) o gioco d'azzardo digitale, fenomeni che tendono ad aumentare con l'età. Tali condotte spesso rappresentano tentativi maladattivi di gestire disagio o pressione sociale. La prevenzione efficace passa quindi sia dall'educare i ragazzi alle conseguenze di queste scelte (educazione alla salute e legalità nelle scuole) sia dal creare alternative positive di impiego del tempo libero e di ricerca di sensazioni – ad esempio attraverso lo sport, l'arte, il volontariato – che offrano quell'adrenalina e gratificazione altrimenti ricercate in esperienze dannose. Il ruolo della famiglia e delle reti sociali esterne alla scuola è fondamentale per il benessere psicologico degli adolescenti. Relazioni familiari supportive e positive e la possibilità di socializzare in contesti sani contribuiscono al senso di appartenenza, alla riduzione dell'isola-

mento e allo sviluppo di competenze sociali. Al contrario, dinamiche familiari disfunzionali e la mancanza di reti sociali positive possono aumentare la vulnerabilità al disagio e a comportamenti a rischio. Alla luce di tutte queste considerazioni, emerge con chiarezza la necessità di un quadro di intervento coerente e multilivello. I dati raccolti acquistano significato proprio se collegati in un'ottica sistemica: ogni aspetto (scuola, famiglia, relazioni, stile di vita, ecc.) contribuisce, nel bene o nel male, alla salute mentale degli adolescenti. Le più recenti raccomandazioni internazionali vanno esattamente in questa direzione integrata. Ad esempio, UNICEF, OMS e UNESCO nel 2022 hanno delineato cinque pilastri essenziali per rafforzare i sistemi educativi a favore del benessere psicosociale: tali pilastri vanno dall'inserimento delle competenze sociali ed emotive nei programmi scolastici, fino al rafforzamento della collaborazione tra scuole, famiglie e comunità locali. In altri termini, si raccomanda di agire su più fronti contemporaneamente: politiche scolastiche che promuovano una cultura inclusiva e attenta alla salute mentale (con figure dedicate come lo psicologo scolastico e programmi di peer education tra studenti); curricula formativi arricchiti da educazione socio-affettiva e life skills sin dalla scuola primaria; formazione degli insegnanti perché sviluppino competenze pedagogiche nel riconoscere e gestire il disagio in classe; interventi mirati per gli studenti a rischio (sportelli di counseling, tutoring individuale, piani educativi personalizzati per chi manifesta fragilità); coinvolgimento delle famiglie tramite reti di genitori, colloqui formativi e partecipazione attiva alla vita scolastica; iniziative comunitarie che colleghino la scuola con servizi sanitari territoriali, associazioni sportive, culturali e del volontariato, creando attorno al ragazzo una rete di supporto coesa. Un simile approccio multilivello è sostenuto anche, come precedentemente accennato, dal modello socio-ecologico in ambito di promozione della salute: agire simultaneamente sul livello individuale (rafforzando le competenze personali e la resilienza del ragazzo), sul livello interpersonale (relazioni positive in famiglia e tra pari), sul livello organizzativo (scuole e

associazioni che offrano ambienti sicuri e accoglienti) e sul livello di comunità/politiche (campagne di sensibilizzazione, risorse pubbliche destinate alla salute mentale, riduzione delle disuguaglianze socio-economiche che gravano sul benessere giovanile). Solo una strategia integrata può ambire a risultati duraturi: adolescenti più sereni, fiduciosi nel futuro e capaci di realizzare il proprio potenziale. In conclusione, valorizzare i dati di questo sondaggio significa utilizzarli come bussola per orientare azioni concertate di scuole, famiglie, istituzioni e comunità educanti, alla luce delle migliori evidenze scientifiche attuali. Un investimento collettivo sul benessere delle nuove generazioni – attraverso la scuola che innova i suoi paradigmi educativi, la famiglia che rafforza il suo ruolo affettivo, lo sport e la cultura come veicoli di crescita, e politiche illuminate di supporto – rappresenta non solo la risposta più efficace al disagio emerso, ma anche un atto dovuto verso il futuro della società. Le evidenze qui richiamate tracciano la rotta: sta a tutti gli attori del sistema educativo-sociale remare nella stessa direzione, costruendo un ecosistema dove ogni adolescente possa sentirsi visto, sostenuto e messo nelle condizioni di fiorire.



**Accademia
dei Campioni**

ACCADEMIA DEI CAMPIONI

Strada Comunale Bosco

15057 TORTONA - AL

Email: info@accademiadeicampioni.it

www.accademiadeicampioni.it



ONBD

OSSERVATORIO NAZIONALE
SUL BULLISMO E SUL DISAGIO GIOVANILE

**OSSERVATORIO NAZIONALE
BULLISMO E DISAGIO GIOVANILE**

Via Zoe Fontana 220 - 00131 ROMA

Info line: +39 328 9391476

Email: presidente@bullismoedoping.it

www.bullismoedisagiogiovanile.it



Gestione Cittadella

Space. Opportunity. Solutions.

GESTIONE CITTADELLA

Strada Comunale Bosco

15057 TORTONA - AL

Email: info@gestionecittadella.it

www.gestionecittadella.it