

**C'È DA
FARE**
A SOSTEGNO
DEI GIOVANI



2025

Osservatorio sul bullismo

Scuola **ZOO**



Highlights

#1

DOVE?

Gli episodi di violenza e bullismo si manifestano principalmente **a scuola.**

#2

COME?

La violenza, il più delle volte è **verbale** e causa un forte impatto psicologico in chi la subisce dalla perdita di autostima all'autoisolamento.

Non essere ascoltati quando si chiede aiuto crea forte frustrazione e disagio.

#3

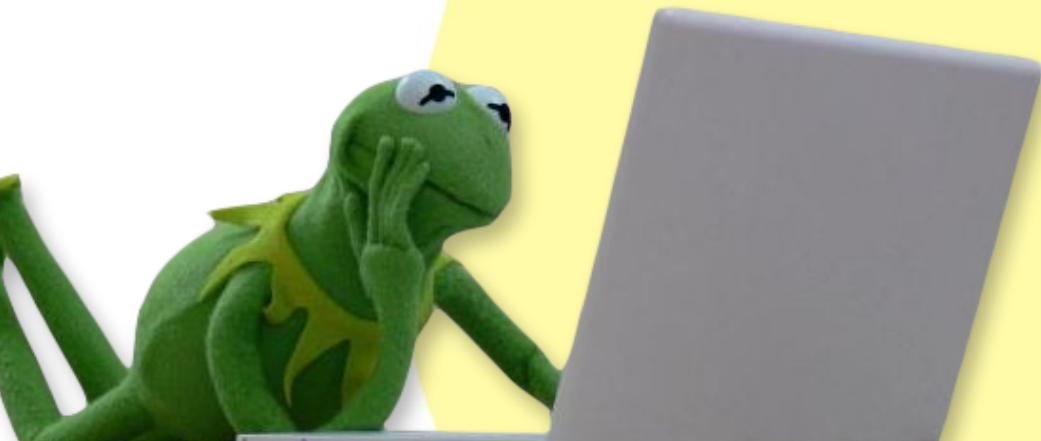
SOLUZIONI

Sebbene la violenza sia una comune risposta alla violenza, i ragazzi riconoscono nel **potenziamento dei sistemi di educazione e degli sportelli psicologici nelle scuole** il primo passo verso il contrasto di bullismo e violenza.



Chi ha risposto al sondaggio?

Hanno risposto al sondaggio **1000 tra ragazzi e ragazze** che frequentano le scuole secondarie di secondo grado (92%) o di primo grado (9%).





Quanto è comune subire un atto di bullismo o di violenza? **TROPPO.**

Il 60% di chi ha risposto al sondaggio afferma di aver subito un atto di bullismo o violenza (di tipo fisico, psicologico o verbale).



Le sfaccettature della violenza

Abbiamo chiesto quale forma di violenza abbiano subito gli intervistati*:

Violenza verbale e/o umiliazioni: 61%

Violenza psicologica: 46%

Aggressione fisica: 26%

Discriminazioni (razziali / omofobiche / religiose / legate alla disabilità): 22%

Cat calling: 17%

Violenza / molestia sessuale: 9%

Adescamento online o attenzioni non richieste da sconosciuti sui social: 8%

Proposte sessualmente esplicite: 8%

Stalking: 4%

Revenge porn: 3%



Gli effetti della violenza

La violenza può avere un impatto molto profondo in chi la subisce e può innescare effetti psicologici e meccanismi di gestione del dolore del tutto disfunzionali. Gli effetti più diffusi sono*:

Perdita di autostima: 56%

Ansia sociale: 40%

Mi sono isolat*: 35%

Sono stat allontanat e isolat*: 30%

Difficoltà di concentrazione: 26%

Depressione: 24%

Attacchi di panico: 20.04%

Ho iniziato a fumare / usare sostanze / bere: 13%

Altro (specificare): 12%

Autolesionismo: 10%

Disturbi alimentari: 9%

*la domanda prevedeva la possibilità di flaggare più di una risposta

E poi?

→ →
“Attacchi d’ira contro il prossimo”

→ →
“ho dovuto cambiare scuola a metà del quinto”

→ →
“se mi trovo in situazioni di pericolo e mi devo difendere mi blocco perché ho paura a reagire”

→ →
“ero spaventata”

→ →
“sono diventato violento e li ho ammazzati di botte”

→ →
“ho semplicemente imparato ad ignorare quelle frasi brutali”



Rompere il silenzio

Il 41% dei rispondenti non è riuscito a confidarsi con nessuno, per diverse ragioni: mancanza di fiducia, paura, vergogna o assenza di figure di supporto adeguate.

Poco più della metà (55%) delle persone che hanno subito violenza, invece, è riuscita a parlarne con qualcuno.

Pochi rispondenti hanno trovato il coraggio di affrontare la questione con il proprio psicologo / psicoterapeuta.



Trovare supporto

IL CORAGGIO DI PARLARNE

I dati mostrano una chiara preferenza nel rivolgersi a **famiglia (44%) e amici (26%)** in caso di violenza subita evidenziando il ruolo cruciale degli affetti come punti di riferimento.

Cresce la consapevolezza dell'esistenza di servizi di supporto e della possibilità di denunciare, **ma per molti giovani ancora, (18%) parlarne con qualcuno non è un'opzione.**

Assistere a scene di violenza

Un dato allarmante: **la maggioranza assoluta (76%)** dei partecipanti **ha assistito** ad episodi di violenza o bullismo nei confronti di altre persone.

Non solo questo dato è indice non solo di quanto la violenza e il bullismo siano fenomeni diffusi, ma di quanto facilmente vengano perpetrati anche in contesti pubblici, facendo emergere il tema della responsabilità collettiva.

Il 56% degli intervistati dichiara di aver assistito ad episodi di **violenza verbale**, il 24% ha assistito a **violenza psicologica** e il 20% si è trovato di fronte a casa di **violenza fisica**.



Il coraggio di intervenire

Il 46% ha dichiarato di essere intervenuto attivamente davanti a un episodio di questo tipo. Questo dato, seppur non maggioritario, è incoraggiante perché indica che una parte significativa di persone sceglie di non rimanere indifferente e di agire.

C'è poi chi avrebbe voluto ma non ce l'ha fatta e chi, anche se non è intervenuto ha provato comunque a mostrare il proprio sostegno e supporto in seguito.



I luoghi della violenza

LA SCUOLA NON È UN SAFE PLACE.

I risultati sono piuttosto chiari: **la scuola emerge come il luogo dove si concentra maggiormente la violenza, con un dato preponderante del 64%.**

Questo dato è allarmante e sottolinea la necessità di interventi mirati per contrastare bullismo e altre forme di violenza all'interno degli istituti scolastici.

Seguono i **social** (24%), gli **ambienti esterni** (quando sono in giro con i miei amici o quando sono in giro da sol*) e la **casa** in percentuali esigue.



Violenza e salute mentale

L'IMPATTO

Quasi la metà (48%) dei rispondenti riconosce un legame diretto tra la violenza subita e l'impatto sulla propria salute mentale mentre qualcuno pensa che si sia **aggravata una situazione già in atto (10%)**.

Ascolto

RICONOSCERE IL DOLORE ALTRUI

Quasi la metà dei rispondenti (48%) ha sperimentato la frustrazione di aver bisogno di supporto psicologico ma di non essere ascoltato o di vedere sminuite le proprie esigenze.

Questo dato è allarmante perché sottolinea come le difficoltà incontrate nel riconoscimento del bisogno di aiuto e nell'accesso a servizi adeguati possano scoraggiare le persone a cercare supporto.



Una risposta al problema

LE INIZIATIVE UTILI SECONDO I RAGAZZI

- Inserire **laboratori interattivi** che sensibilizzino sul tema del bullismo, mostrando l'impatto delle azioni sui sentimenti degli altri.
- Io credo che i professori debbano un minimo provare a **capire le dinamiche di una classe** e di chi sta male in quel contesto, magari provando una forma di dialogo o di temi, magari anonimi, per capire se esistono questi atti.
- Che la scuola crei **sportelli di psicologi dove però non sia necessaria la firma dei genitori.**
- Esistono diverse iniziative efficaci contro il bullismo, come **programmi educativi nelle scuole, sportelli di ascolto, campagne di sensibilizzazione e progetti di peer education.** Questi strumenti aiutano a prevenire il fenomeno e offrono supporto alle vittime.
- diffondere maggiore consapevolezza nelle scuole anche tramite la **visione di film a tema.**

- Un'ora alla settimana di **educazione psicologica a scuola**
- Introdurre **un'app** dove i ragazzi possono parlare delle proprie problematiche relative al bullismo liberamente.
- **Creare spazi sicuri**: i gruppi di supporto o gli spazi in cui i giovani possono parlare apertamente dei propri problemi, senza giudizio, sono fondamentali. Ciò può includere chat online sicure, gruppi di supporto in aula o altre iniziative che incentivano la comunicazione.
- fare lezioni che aiutino a creare più empatia ed **educazione per la gestione dei conflitti, coinvolgendo sia professori che famiglie** in programmi di sensibilizzazione, e creare spazi sicuri dove ognuno possa parlarne apertamente.
- Prevenire il bullismo significa **insegnare il rispetto e la gentilezza fin da subito**, perché ogni persona merita di essere ascoltata e trattata con dignità."

**C'È DA
FARE**
A SOSTEGNO
DEI GIOVANI

Scuola **ZOO**

Grazie!