



Istituto Superiore di Sanità
Centro Nazionale Dipendenze e Doping

Dipendenze comportamentali nella generazione Z

REPORT **2025** 11-13 ANNI



Gruppo di Lavoro

Coordinamento scientifico

Claudia Mortali*

Redazione scientifica

Luisa Mastrobattista*

Guido Mortali*

Supporto tecnico-redazionale

Antonella Bacosi*

Simonetta Di Carlo*

Bruno Genetti+

Laura Martucci*

Anna Zoco+

Supporto amministrativo e gestionale

Chiara Fraioli*

* Centro Nazionale Dipendenze e Doping, ISS

+ EXPLORA Ricerca e Analisi Statistica

Progetto attivato in collaborazione con



Dipartimento delle politiche
contro la droga e le altre dipendenze

Prefazione

La promozione della salute e del benessere di bambini e adolescenti rappresenta uno degli investimenti più importanti per il futuro della società. È in queste fasi della vita che si costruiscono competenze personali, relazionali ed emotive fondamentali per la salute, l'autonomia, la capacità di compiere scelte consapevoli e la partecipazione alla vita della comunità.

Oggi la crescita dei ragazzi avviene in un contesto profondamente cambiato, in cui le tecnologie digitali sono parte integrante della quotidianità e offrono importanti opportunità di apprendimento, comunicazione e partecipazione, ma possono anche esporre a nuovi fattori di rischio, che richiedono strumenti efficaci di prevenzione, educazione e tutela. Promuovere il benessere significa quindi adottare una visione ampia della salute, capace di considerare gli aspetti biologici, psicologici, sociali e ambientali dello sviluppo.

La scuola è uno dei luoghi privilegiati per costruire questa cultura della salute: uno spazio in cui gli studenti sviluppano conoscenze, competenze, senso critico e responsabilità, ma anche un osservatorio dei bisogni emergenti delle nuove generazioni. Accanto alla scuola, resta essenziale il ruolo delle famiglie e degli stessi ragazzi, da coinvolgere come protagonisti nei percorsi di prevenzione che li riguardano.

Con queste finalità, il Centro Nazionale Dipendenze e Doping dell'Istituto Superiore di Sanità ha realizzato il progetto "Dipendenze comportamentali nella Generazione Z", promosso nell'ambito delle attività affidate dal Dipartimento per le Politiche contro la droga e le altre dipendenze della Presidenza del Consiglio dei ministri. Il monitoraggio epidemiologico della popolazione scolastica italiana consente di descrivere la diffusione dei principali comportamenti a rischio, seguirne l'evoluzione nel tempo e individuare precocemente i bisogni emergenti, offrendo dati utili per orientare politiche pubbliche, servizi e interventi di prevenzione.

Il presente report restituisce alle scuole partecipanti una sintesi dei principali risultati nazionali.

Desideriamo ringraziare Dirigenti, docenti referenti, insegnanti, studenti e famiglie per la disponibilità e il senso di responsabilità con cui hanno contribuito alla ricerca. La prevenzione è un percorso condiviso: solo la collaborazione tra istituzioni, scuola, famiglie, servizi sanitari e comunità può costruire ambienti favorevoli alla crescita e sostenere una generazione più consapevole, competente e libera di costruire il proprio futuro in salute.

Lo studio e la lettura dei risultati

Tra ottobre e dicembre 2025 è stata realizzata la seconda rilevazione nazionale del progetto “Dipendenze comportamentali nella Generazione Z 2.0”, coordinato dal Centro Nazionale Dipendenze e Doping dell’Istituto Superiore di Sanità. La rilevazione, realizzata mediante questionario digitalizzato, ha coinvolto studenti di 11–13 e 14–17 anni. L’indagine, realizzata con EXPLORA Ricerca e Analisi Statistica, ha adottato un disegno di campionamento volto a ottenere risultati rappresentativi della popolazione scolastica italiana nelle due fasce d’età.

Sono stati raccolti 18.395 questionari completi: 8.272 nelle scuole secondarie di primo grado e 10.123 in quelle secondarie di secondo grado. Per le scuole di primo grado hanno partecipato 98 scuole.

Inoltre, lo studio si è rivolto ai genitori degli studenti coinvolti nel progetto, che volontariamente hanno aderito. L’obiettivo era quello di esplorare le competenze genitoriali e confrontare i profili emotivi e comportamentali autodichiarati dai ragazzi con quelli riportati dai genitori.

Che cosa è stato studiato

La ricerca ha indagato principalmente il rischio di Internet Gaming Disorder, l’uso problematico dei social media e i diversi livelli di rischio legati al gioco d’azzardo. Ha interessato, inoltre, il cyberbullismo e alcuni aspetti del benessere e della vita familiare.

Internet Gaming Disorder

Uso persistente o ricorrente dei videogiochi, online o offline, difficile da controllare. Il gioco assume una priorità crescente e prosegue nonostante conseguenze negative, interferendo con il sonno, lo studio, le relazioni, il tempo libero o il benessere psicologico.

Gioco d’azzardo a rischio o problematico

Comportamento di gioco d’azzardo eccessivo, rischioso o difficile da controllare, associato a pensieri ricorrenti sul gioco, aumento del tempo o del denaro impiegato, rincorsa delle perdite e difficoltà a smettere. Nei minorenni è sempre un comportamento da attenzionare, perché vietato e potenzialmente dannoso.

Social Media Addiction

Uso dei social media difficile da controllare, accompagnato dal bisogno frequente di verificare notifiche, messaggi o contenuti. Può interferire con il sonno, lo studio, le relazioni, il tempo libero e il benessere psicologico.

Questo report presenta i risultati nazionali degli studenti di 11–13 anni

Come leggere i numeri

Le scale utilizzate nel questionario sono strumenti utilizzati e condivisi dalla comunità scientifica e clinica, che, nel contesto dell'indagine, consentono di individuare profili di rischio per uno screening nella popolazione scolastica e non rappresentano diagnosi cliniche individuali.

La prevalenza indica la percentuale di studenti con una determinata caratteristica; la stima traduce questa percentuale in un numero approssimativo di studenti nella popolazione scolastica italiana.

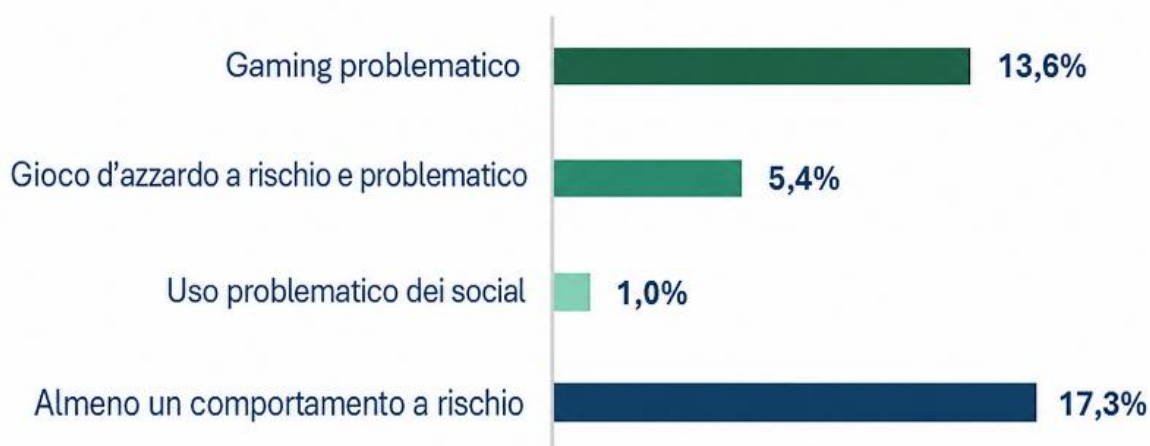
Nei confronti tra gruppi, le percentuali si riferiscono ogni volta al gruppo descritto. Quando due caratteristiche sono associate, significa che si osservano più spesso insieme: l'indagine non permette di stabilire se una sia la causa dell'altra o quale sia comparsa prima.

I principali risultati in breve

Considerando congiuntamente i tre fenomeni monitorati, il 17,3% degli studenti/esse di 11–13 anni presenta almeno uno dei tre profili di rischio considerati.

Le percentuali dei singoli fenomeni non vanno sommate, perché uno stesso studente può rientrare in più profili.

Prevalenze principali Popolazione scolastica 11-13 anni



Il rischio di Internet Gaming Disorder è il profilo più frequente. Per il gioco d'azzardo, la quota a rischio o problematica riguarda già una parte degli studenti della scuola secondaria di primo grado. L'uso problematico dei social media è meno diffuso, ma si accompagna a difficoltà emotive nel gruppo che presenta questo profilo.

Videogiochi: quando il gioco diventa una difficoltà

L'84,8% degli studenti 11–13enni dichiara di videogiocare: il 71,2% gioca senza rientrare nel profilo di rischio e il 13,6% presenta un rischio di Internet Gaming Disorder, pari a circa 219.000 studenti. Il restante 15,2% non videogioca. Il profilo di rischio è più frequente tra i maschi (19,2%) che tra le femmine (7,0%).

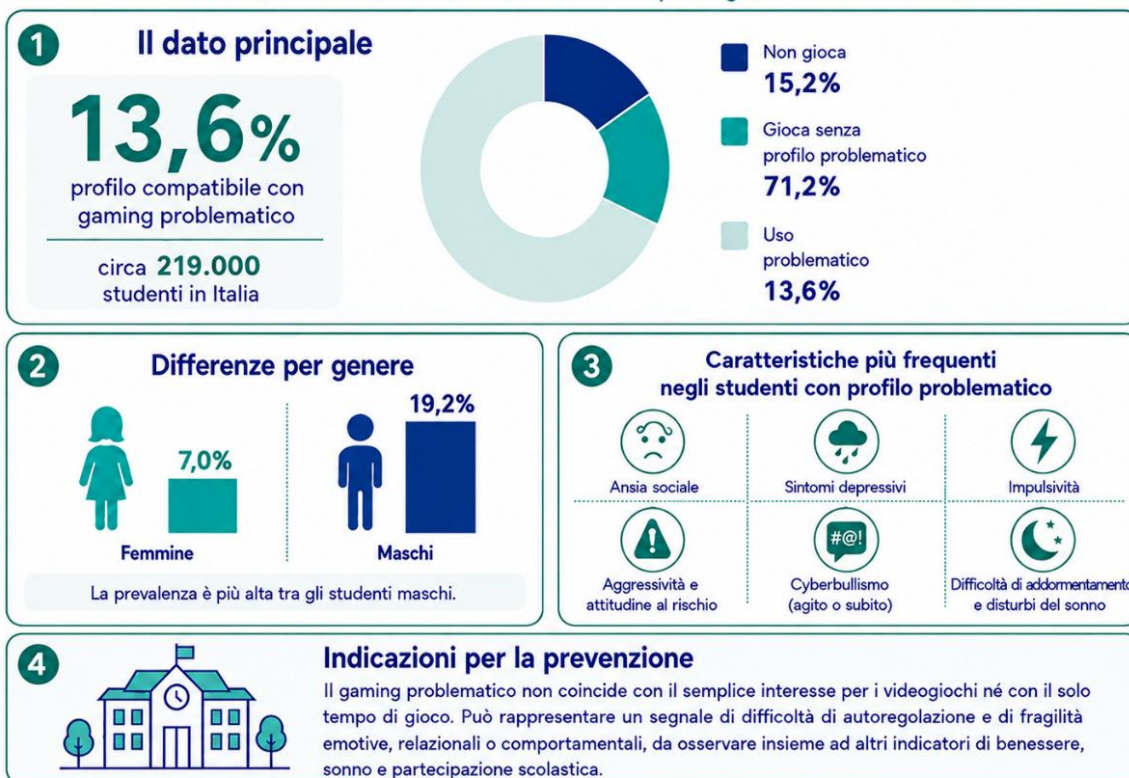
Un elemento che distingue i ragazzi a rischio è la maggiore frequenza di impulsività elevata: 77,5%, rispetto al 46,2% dei videogiocatori senza rischio. Sono inoltre più frequenti difficoltà di addormentamento e disturbi del sonno.

Anche le difficoltà emotive meritano attenzione: l'ansia sociale grave o molto grave riguarda l'8,6% del gruppo a rischio, contro il 2,6% dei videogiocatori senza rischio; i sintomi depressivi gravi il 6,4%, contro il 2,1%. Inoltre, si registra una aggressività 'alta' nel 74% degli studenti che presentano un rischio di uso problematico del gaming, contro il 41,4% degli studenti senza questo rischio.

Il dato conferma la necessità di osservare con attenzione non soltanto il tempo dedicato ai videogiochi, ma soprattutto il grado di controllo sul comportamento, la priorità assunta dal gioco nella vita quotidiana e l'eventuale impatto sul benessere e sul funzionamento scolastico, familiare e sociale.

Rischio di Internet Gaming Disorder

Studenti 11–13 anni – Scuola secondaria di primo grado – Rilevazione 2025



Gioco d'azzardo: un'esperienza già presente a 11-13 anni

La scala SOGS-RA, utilizzata per lo screening, distingue i profili in base ai segnali di difficoltà e alle conseguenze del gioco dichiarati dai ragazzi. La denominazione “senza problemi” si riferisce al risultato dello screening e non implica che giocare sia privo di rischi.



I 4 profili rispetto al gioco d'azzardo

Classificazione basata su esperienza di gioco negli ultimi 12 mesi e punteggio SOGS-RA

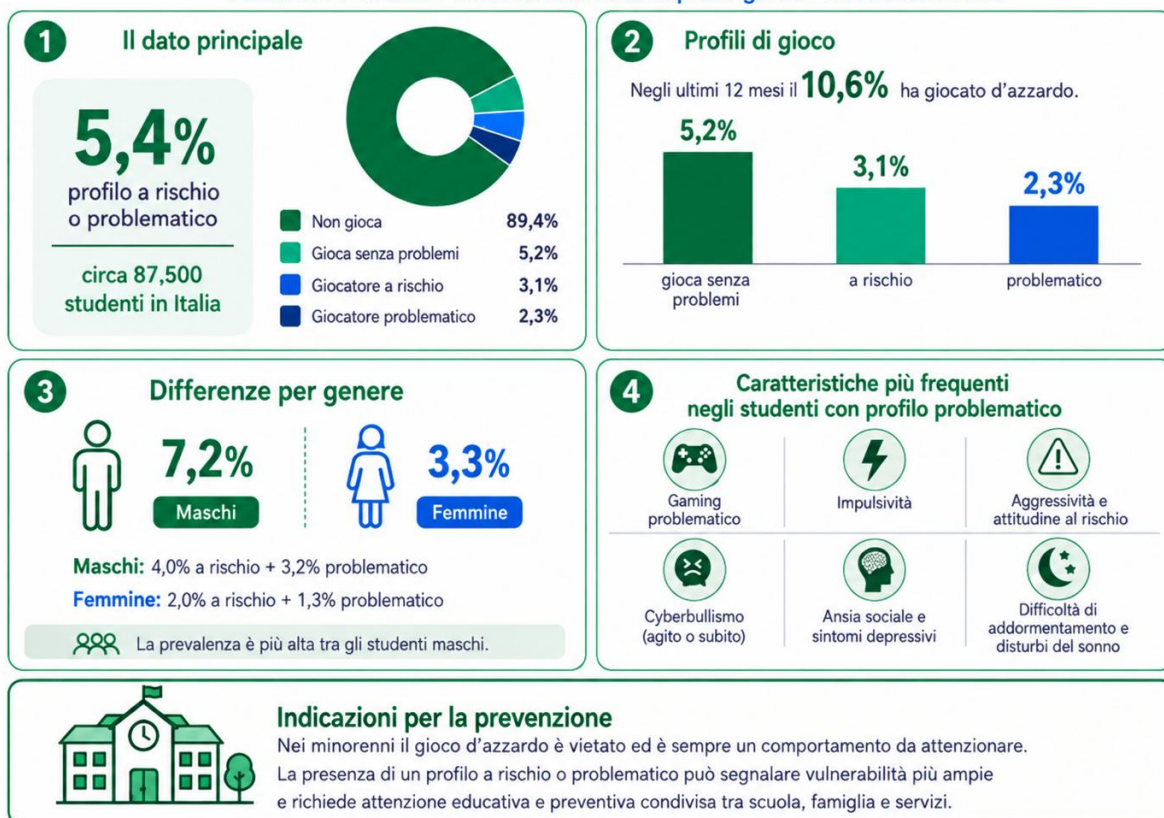


Il 10,6% degli studenti dichiara di aver giocato d'azzardo nei 12 mesi precedenti l'intervista; in particolare, il 5,2% ha giocato senza rientrare nei profili a rischio o problematico, il 3,1% presenta un profilo a rischio e il 2,3% un profilo problematico. Nel complesso, questi ultimi due gruppi rappresentano il 5,4%, pari a circa 87.500 studenti.

Tra i maschi, il 4,0% rientra nel profilo a rischio e il 3,2% in quello problematico; tra le femmine, rispettivamente il 2,0% e l'1,3%. Oltre la metà degli studenti con un profilo problematico presenta anche un rischio legato al gaming (55,1%). In questo gruppo sono frequenti anche l'impulsività elevata (84,4%, contro il 48,2% dei giocatori senza problemi) e i sintomi depressivi gravi (19,2%, contro l'8,2%). Nel gruppo con profilo problematico si osservano, inoltre, più frequentemente ansia sociale grave o molto grave (10,1%, contro il 3,4% dei giocatori senza problemi) e un basso monitoraggio genitoriale (79,3%) dichiarato dai figli. È questa compresenza di difficoltà a rendere particolarmente importante una lettura complessiva della situazione del ragazzo.

GIOCO D'AZZARDO A RISCHIO E PROBLEMATICO

Studenti 11-13 anni – Scuola secondaria di primo grado – Rilevazione 2025



Uso problematico dei social media

Circa uno studente su cinque non utilizza social media. Sul totale degli studenti di 11–13 anni, l'1,0% presenta un profilo di uso problematico, pari a circa 15.900 studenti. La percentuale è più alta tra le femmine (1,5%) che tra i maschi (0,4%).

Studenti e studentesse con un profilo problematico di uso dei social media mostrano diverse vulnerabilità: nel gruppo con uso problematico, il 72,6% presenta sintomi depressivi di livello moderatamente grave o grave, rispetto al 7,9% del gruppo senza uso problematico. L'ansia sociale grave o molto grave riguarda il 40,0%, contro il 3,2%.

Si registrano, inoltre, difficoltà legate al sonno (con una maggiore presenza di difficoltà di addormentamento e disturbi del sonno), una maggiore impulsività, livelli più alti di aggressività e attitudine al rischio, oltre a una maggiore esposizione a episodi di cyberbullismo, sia agito sia subito.

Uso problematico dei social media

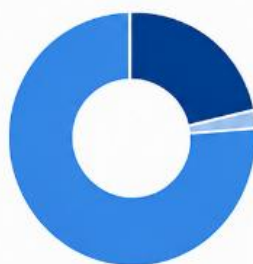
Studenti 11-13 anni – Scuola secondaria di primo grado – Rilevazione 2025

1 Il dato principale

1,0%

profilo compatibile con
uso problematico dei social media

circa 15.900 studenti in Italia



Non utilizza social media	20,4%
Uso non problematico	78,6%
Uso problematico	1,0%

2 Differenze per genere



Femmine



Maschi

La prevalenza è più alta tra le studentesse.

3 Caratteristiche più frequenti negli studenti con profilo problematico



Ansia sociale



Sintomi depressivi



Impulsività



Aggressività e
attitudine al rischio



Cyberbullismo
(agito o subito)



Difficoltà di addormentamento
e disturbi del sonno

4



Indicazioni per la prevenzione

L'uso problematico dei social media non va letto solo come tempo trascorso online, ma come possibile segnale di fragilità emotive, relazionali e comportamentali da osservare insieme ad altri indicatori di benessere, sonno e partecipazione scolastica.

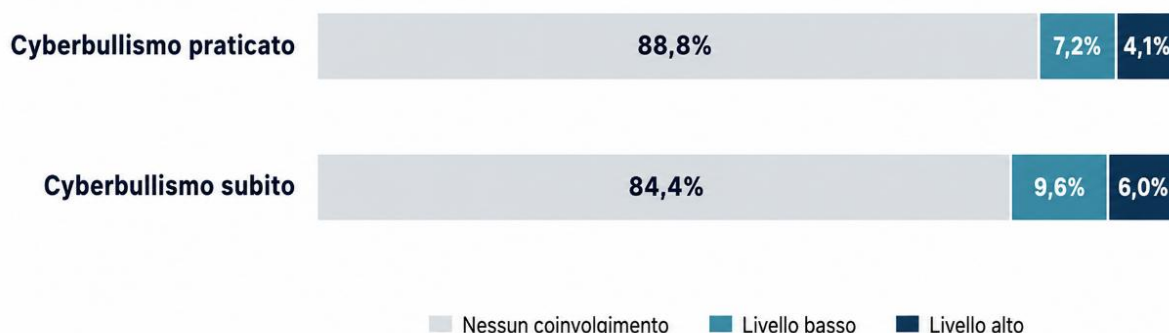
Focus Cyberbullismo

“Livello alto” e “Livello basso” indicano le due categorie di punteggio sopra e sotto la mediana utilizzata nell’analisi.

Le risposte degli studenti distinguono il cyberbullismo praticato da quello subito. Nella categoria indicata nell’analisi come “livello alto” rientra il 4,1% per il praticato e il 6,0% per il subito.

Coinvolgimento degli studenti nel cyberbullismo

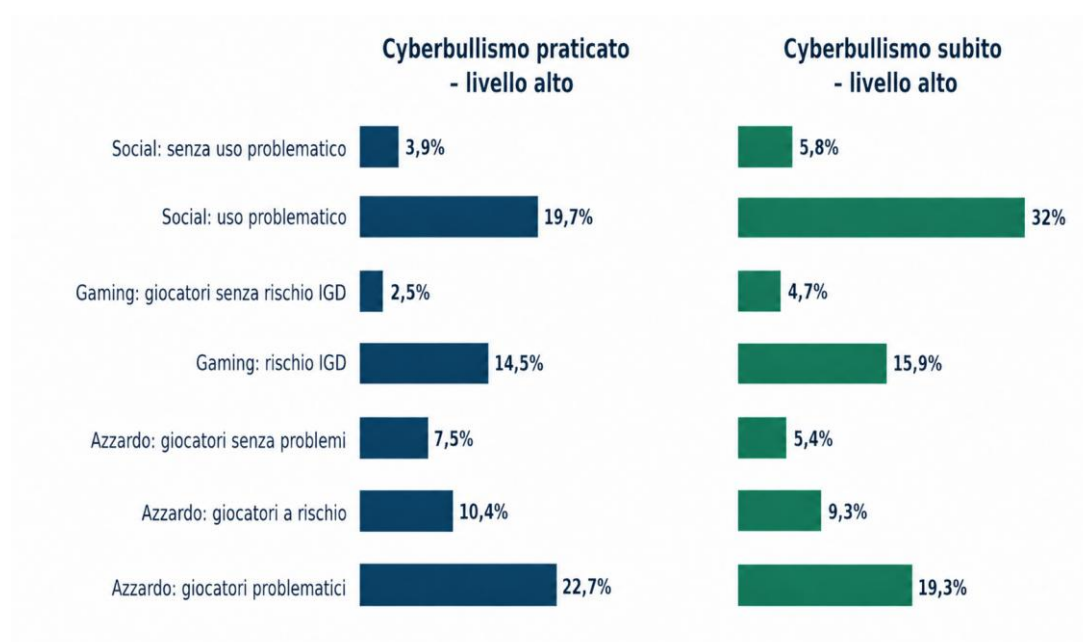
Studenti 11–13 anni



Percentuali calcolate sulle autodichiarazioni degli studenti

Il coinvolgimento elevato è più frequente nei profili di rischio. Per esempio, tra gli studenti con uso problematico dei social media, il 32% riferisce cyberbullismo subito ad alto livello, rispetto al 5,8% del gruppo senza questo profilo. Nel gaming, il praticato riguarda il 14,5% dei ragazzi a rischio, contro il 2,5% dei videogiocatori senza rischio; il subito il 15,9%, contro il 4,7%.

Per l’azzardo, entrambe le percentuali crescono passando dai giocatori senza problemi ai profili a rischio e problematico. I confronti descrivono associazioni, senza stabilire una direzione causale.



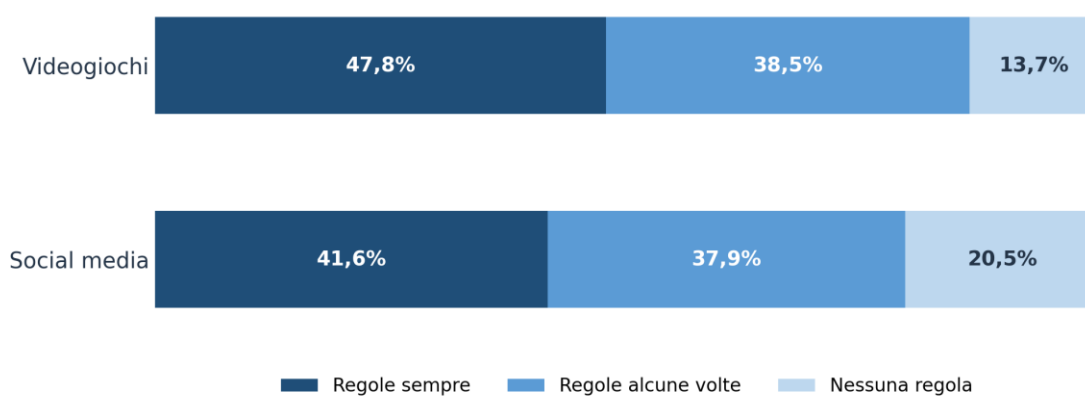
Focus genitori

Questo paragrafo si riferisce ai 2.692 genitori dei ragazzi delle secondarie di primo e secondo grado partecipanti all'intera ricerca (11-17 anni) che hanno risposto volontariamente al questionario: l'85,2% sono madri e il 14,2% padri.

Dialogo e regole nell'uso delle tecnologie

L'84,0% dei genitori dichiara di parlare con il figlio delle sue attività online. Il dialogo è quindi molto diffuso; l'applicazione delle regole è più variabile. Tra i genitori di ragazzi che usano i social media, il 41,6% riferisce regole sempre presenti, mentre tra quelli di ragazzi che videogiocono la quota è del 47,8%.

Regole familiari nell'uso delle tecnologie



Le risposte mettono quindi in luce due aspetti distinti: quanto sono presenti le regole e chi è chiamato a rispettarle.

Per lo smartphone, il 44,8% stabilisce limiti di tempo ogni giorno e il 36,6% raramente o mai. Un patto sull'uso del dispositivo coinvolge sia adulti sia figli nel 41,5% delle famiglie; nel 22,9% riguarda soltanto i figli e nel 34,9% non è previsto.

Le posizioni sul gioco d'azzardo

Il 75,3% dichiara di aver parlato con il figlio dei rischi o danni del gioco d'azzardo. Il 98,4% ritiene inaccettabile il gioco online da parte di un minorenne anche nella situazione proposta dal questionario senza uso di "denaro reale". L'1,2% riferisce tuttavia di aver coinvolto il figlio in attività di gioco d'azzardo: un dato che merita attenzione anche quando l'esperienza è occasionale.

Le pratiche educative familiari

La scala APQ-9 descrive alcuni comportamenti quotidiani dei genitori. Esplora tre aspetti della relazione educativa:

- **Riconoscere i comportamenti positivi**

Incoraggiare il figlio e apprezzare ciò che fa bene. Nel seguito, questa dimensione è indicata anche come "coinvolgimento positivo", in coerenza con la figura dei confronti genitore-figlio.

- **Applicare le regole con coerenza**

La dimensione dell'incoerenza rileva la difficoltà a mantenere le conseguenze annunciate o la tendenza ad applicarle in modo poco costante.

- **Conoscere le attività dei figli**

La dimensione della scarsa supervisione riguarda il non sapere dove si trova il figlio, con chi è o quali attività svolge fuori casa.

Il 36,4% dei genitori rientra nella categoria con punteggi più elevati nel riconoscimento dei comportamenti positivi; il 36,5% in quella con maggiore incoerenza nelle regole e il 40,0% in quella con maggiore scarsa supervisione.

Le categorie sono definite rispetto alla mediana, cioè al valore centrale della distribuzione dei punteggi nel campione. Non sono soglie cliniche e non misurano quanti genitori siano “adeguati” o “inadeguati”.

Le percentuali non descrivono tre gruppi separati: uno stesso genitore può avere, per esempio, un punteggio alto nel riconoscimento positivo e incontrare difficoltà nell'applicare le regole. L'APQ-9 offre quindi una descrizione di alcuni aspetti educativi, senza riassumere l'intera relazione con i figli.

Le pratiche educative familiari

APQ-9 • Tre aspetti della relazione educativa

9 domande su alcuni comportamenti quotidiani dei genitori

Riconoscimento positivo

Incoraggiare il figlio e apprezzare ciò che fa bene.



36,4%

punteggi più elevati

Punteggio alto = maggiore risorsa

Incoerenza nelle regole

Difficoltà a mantenere le conseguenze annunciate o applicarle con costanza.



36,5%

punteggi più elevati

Punteggio alto = maggiore difficoltà

Scarsa supervisione

Minore conoscenza di dove si trova il figlio, con chi è o cosa fa fuori casa.



40,0%

punteggi più elevati

Punteggio alto = maggiore difficoltà

Come leggere queste percentuali



Confronto rispetto alla mediana del campione



Non sono soglie cliniche né giudizi sui genitori



I gruppi possono sovrapporsi

Uno stesso genitore può presentare risorse in una dimensione e difficoltà in un'altra. L'APQ-9 descrive alcuni aspetti educativi, non l'intera relazione con i figli.
APQ-9: Alabama Parenting Questionnaire, versione breve a 9 domande.

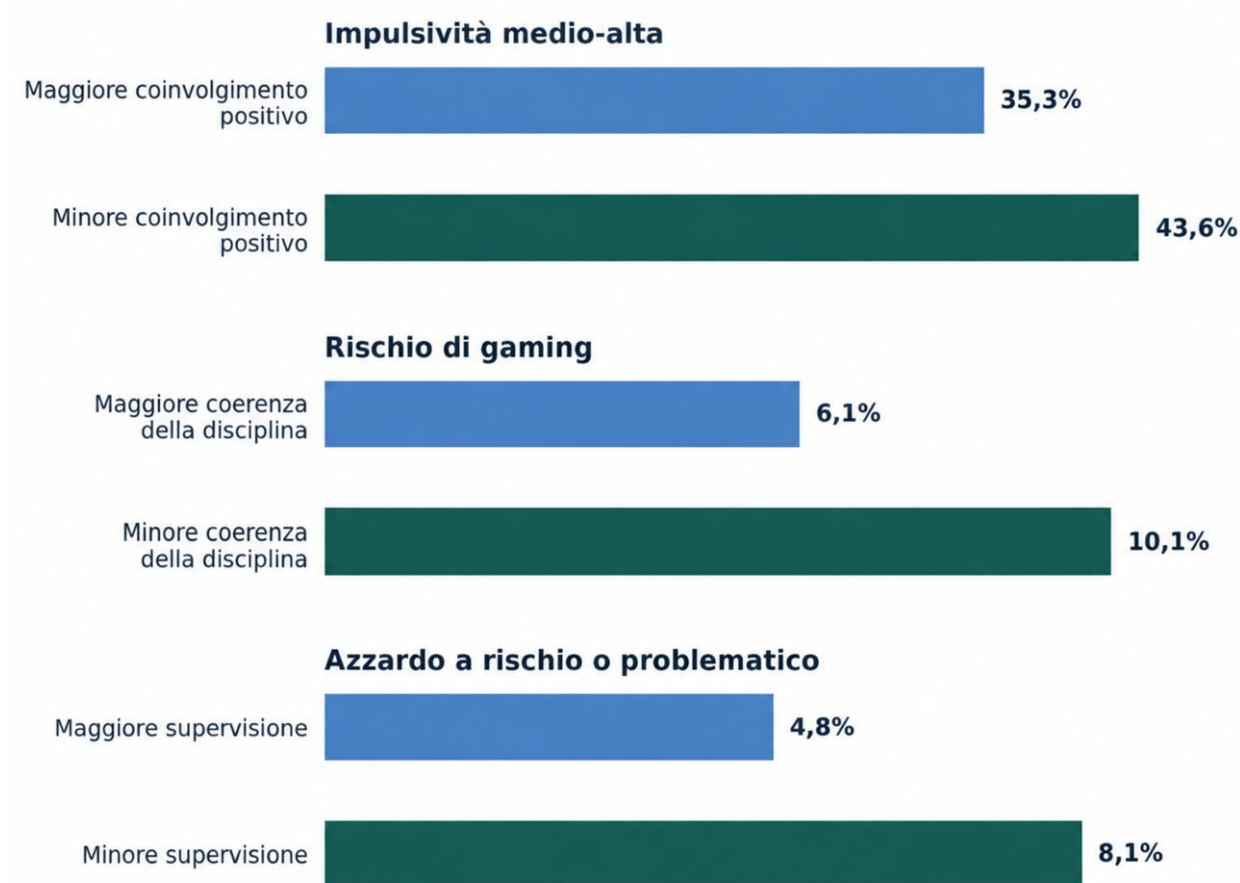
Quando si collegano le risposte di genitori e figli

Per 1.776 coppie è stato possibile collegare il questionario del genitore a quello del rispettivo figlio. Questi confronti approfondiscono le relazioni tra pratiche familiari e caratteristiche dei ragazzi nel sottogruppo con entrambe le risposte disponibili.

Con un maggiore riconoscimento dei comportamenti positivi, nei figli si osservano meno frequentemente impulsività medio-alta (35,3%, contro il 43,6%) e aggressività elevata (22,7%, contro il 27,8%). Quando l'applicazione delle regole è meno coerente, il rischio di gaming riguarda il 10,1% dei figli, rispetto al 6,1% con maggiore coerenza.

In presenza di minore supervisione, i profili a rischio o problematico rispetto al gioco d'azzardo raggiungono l'8,1%, contro il 4,8% con maggiore supervisione. In questo gruppo sono riportate anche più frequenti difficoltà emotive e del sonno.

Pratiche familiari e alcuni indicatori nei figli



Ogni riquadro confronta due gruppi di genitori rispetto a uno specifico indicatore nei figli.

Uso problematico dei videogiochi

Il confronto sul gaming mette in evidenza una distanza tra le risposte dei figli e quelle dei genitori. Il dato riportato riguarda quindi i soli genitori dei ragazzi risultati a rischio rispetto all'uso dei videogiochi.

Nelle coppie genitori/figli in cui abbiamo riscontrato un uso problematico del gaming da parte dei figli, il 14,8% è classificato a rischio anche sulla base delle risposte del genitore; nel 78,3% dei casi il genitore descrive la pratica del figlio/a senza segnali di rischio (non riconosce il rischio) e nel 6,9% ritiene che il figlio non giochi (non è consapevole della pratica del figlio).

Un confronto su situazioni concrete — per esempio cosa accade quando si deve interrompere una partita o quando il gioco sottrae spazio al sonno — può aiutare a rendere più chiara l'esperienza del ragazzo.

Questa lettura affianca i dati sulle regole familiari, precedentemente illustrati, mostrando che conoscere le difficoltà dei figli richiede anche occasioni per parlarne.

Come i genitori percepiscono il gaming dei figli a rischio

Solo il 14,8% dei figli risultati a rischio allo screening viene riconosciuto come tale dal genitore



Distribuzione della percezione dei genitori tra i figli risultati a rischio allo screening.

Una lettura d'insieme per scuola e famiglie

I risultati invitano a osservare sia le caratteristiche dei singoli comportamenti sia il contesto in cui si presentano. Nel gaming emerge il tema della regolazione del gioco; nell'azzardo la presenza precoce e la sovrapposizione con altri rischi; nell'uso problematico dei social media il forte legame con le difficoltà emotive. Il cyberbullismo aggiunge la dimensione delle relazioni tra pari.

Per scuola e famiglie, un terreno comune è il confronto sui cambiamenti osservabili: difficoltà nel sonno, rinuncia ad altre attività, conflitti legati al gioco o alle tecnologie, isolamento ed esperienze negative online. Ascoltare il punto di vista dei ragazzi permette di dare un significato a questi segnali, evitando conclusioni basate su un solo comportamento.

Le risposte dei genitori mostrano risorse già presenti, come il dialogo sulle attività online, e aspetti su cui costruire una maggiore condivisione: regole comprensibili, coerenza degli adulti e conoscenza delle esperienze dei figli. Il report offre una base per questo confronto, nel rispetto dei diversi ruoli educativi.

Glossario

Campione rappresentativo: Gruppo di studenti selezionato in modo da riprodurre, per le caratteristiche considerate nello studio, la popolazione scolastica di riferimento. Consente di estendere con cautela i risultati dal campione alla popolazione.

Strumento di screening: Questionario standardizzato che aiuta a individuare possibili profili di rischio in una popolazione. Non formula una diagnosi clinica individuale.

Profilo di rischio: Classificazione ottenuta applicando a uno strumento di screening criteri e soglie prestabiliti. Indica una maggiore probabilità di difficoltà e l'opportunità di prestare attenzione, ma non equivale a una diagnosi.

Prevalenza: Percentuale di persone che presenta una determinata caratteristica o un profilo di rischio nella popolazione e nel periodo considerati.

Stima nella popolazione: Numero approssimativo di studenti cui corrisponde una prevalenza percentuale, calcolato sulla popolazione scolastica di riferimento.

Internet Gaming Disorder (IGD): nel report, il rischio di IGD è il profilo individuato dallo screening sulle difficoltà legate ai videogiochi. Non coincide con il semplice fatto di giocare spesso e non costituisce una diagnosi.

Gioco d'azzardo: Attività in cui si mette in palio denaro o un bene di valore su un esito almeno in parte determinato dal caso. In Italia il gioco d'azzardo con vincite in denaro è vietato ai minori di 18 anni.

SOGS-RA: South Oaks Gambling Screen – Revised for Adolescents: strumento di screening utilizzato per classificare il rapporto degli adolescenti con il gioco d'azzardo nei profili senza problemi, a rischio e problematico.

Giocatore a rischio: Studente che, in base al SOGS-RA, presenta alcuni segnali di possibile difficoltà con il gioco d'azzardo, pur senza raggiungere il profilo problematico.

Giocatore problematico: Studente che, in base al SOGS-RA, presenta più indicatori di difficoltà e conseguenze negative associate al gioco d'azzardo. La classificazione di screening non costituisce una diagnosi clinica.

Uso problematico dei social media: Modalità d'uso dei social media caratterizzata da difficoltà di controllo e da possibili ripercussioni sul benessere, sulle relazioni, sul sonno, sullo studio o su altre attività quotidiane.

Cyberbullismo: Comportamenti intenzionali e ripetuti di aggressione, molestia, esclusione o diffusione di contenuti dannosi attraverso strumenti digitali. Può essere agito, subito o osservato.