

## Balbuzie: il 75% di chi ne soffre ha subito forme di discriminazione. È il «voice shaming» che causa ansia e depressione

I numerosi episodi di discriminazione vanno a impattare sul modo in cui un bambino, o un ragazzo, concepisce sé stesso e il suo futuro: nel 92% dei casi ci sono conseguenze psicologiche (Fonte: <https://www.corriere.it/> 27 dicembre 2025)



Usare la voce per esprimere sé stessi e mettersi in relazione con gli altri. È una delle cose più naturali al mondo, ma a chi soffre di balbuzie o di un altro **disturbo del linguaggio** può risultare complesso e faticoso.

Una complessità amplificata dagli stereotipi e dalla necessità di questa società - iperperformante e giudicante - di andare sempre tutti allo stesso ritmo. Quando la comunicazione si trasforma in una sfida, può avere ripercussioni sulla **salute mentale** delle persone.

È questa è una delle tante conseguenze del **voice shaming**, termine **coniato dall'Associazione Vivavoce** per identificare tutte le forme di **discriminazione** di chi fatica a parlare in modo fluente.

### La storia di Alessia

Lo sa bene Alessia, studentessa di 24 anni all'Università San Raffaele di Milano, che ha concluso la laurea magistrale in *Biotechnology and Medical Biology* da poco. Gli esami orali, soprattutto nel triennio, non sono stati semplici.

«Nel mio ambito è richiesto un linguaggio molto scientifico», racconta Alessia. «Con la balbuzie, quello che si tende sempre a fare è cercare la strada con le **parole più facili**, e non sempre coincidono con il linguaggio scientifico che si dovrebbe tenere in determinati contesti». Non sono

mancati nel suo percorso gli **episodi di voice shaming**, anche **da parte di professori**. «A un esame, a cui volevo prendere un volto alto, ero agitatissima e ho balbettato veramente tanto. Il professore mi ha interrotto per dirmi: "Ho bisogno che tu tenga un linguaggio più scientifico, perché io non ti capisco, e se continui a parlare in questo modo, per me puoi tornare la prossima volta". Ho dovuto accettare un 21 che, oggettivamente per quanto avevo studiato e quanto mi ero preparata, non meritavo assolutamente».

### Le conseguenze psicologiche

Alessia non si è arresa. È riuscita comunque a portare a termine con successo il suo percorso di studi. Non è, purtroppo, sempre così.

**Quasi il 75% delle persone con balbuzie subisce voice shaming e nel 92% dei casi ci sono importanti conseguenze psicologiche.**

È quanto emerge dal terzo Annual Report dell'*Osservatorio Voice Shaming* presentato dall'[Associazione Vivavoce](#). «Mi sono sentito chiedere: c'è bisogno di parlare di voice shaming? Sì, perché c'è bisogno di dare un nome a tutti questi **episodi di discriminazione vera e propria** che vanno ad impattare sul modo in cui anche un ragazzino concepisce sé stesso, il suo futuro, il rapporto con gli altri. C'è bisogno di dare dignità scientifica a questo fenomeno. C'è bisogno di iniziare a costruire una nuova cultura della voce», commenta **Giovanni Muscarà**, presidente di Vivavoce.

### I problemi della discriminazione

Il dato più interessante dell'*Osservatorio 2025* riguarda l'impatto del voice shaming (VS) sulla salute mentale: **oltre l'85% delle vittime racconta di aver sofferto di ansia da moderata a elevata e il 50% ammette di aver avuto sintomi depressivi**. «L'impatto negativo della balbuzie è notevolmente amplificato nel caso si subiscano forme di voice shaming. Il fatto di essere discriminati per il modo di parlare genera infatti un circolo vizioso tra esperienza discriminatoria, disagio emotivo e riduzione delle opportunità di espressione», spiega **Antonio Schindler**, otorinolaringoiatra, foniatra e direttore scientifico dell'*Osservatorio Voice Shaming* di Vivavoce. Infatti, chi vive questo tipo di discriminazione fa i conti maggiormente (43%) con emozioni negative (come rabbia, inadeguatezza, isolamento e frustrazione) o sviluppa comportamenti evitanti (come l'interruzione del contatto visivo o dell'eloquio per paura di balbettare). Anche il **pensiero ripetitivo negativo** è una costante per chi ha subito VS (80%), così come la difficoltà a gestire le emozioni in maniera funzionale (78%).

### I condizionamenti sul futuro

«Per noi esseri umani, la voce è lo specchio della nostra identità, della nostra personalità. E quindi qualsiasi processo che può interrompere la fluidità linguistica andrà a ripercuotersi, soprattutto a livello psicologico», spiega il professor **Jubin Abutalebi**, neurologo cognitivo e professore di

neurolinguistica presso l'Università Vita-Salute San Raffaele, che sottolinea quanto l'impatto del voice shaming possa essere più grave nei giovani, con conseguenze a lungo termine sulla loro vita. «I contesti prevalenti in cui si subisce voice shaming sono la scuola, in primis, e l'università». Purtroppo, questa forma di discriminazione **condiziona le scelte di vita** nel 74% dei casi. «Ricordo un mio ex tesista, ragazzo veramente brillante. Dopo il dottorato, avrebbe potuto avere una carriera come ricercatore universitario. Cosa ha fatto? Il tecnico. È andato via dall'università. Molte volte il giovane che soffre di balbuzie da adulto sceglie una occupazione in cui magari parlare, presentare non è necessario». Quasi il 57% degli intervistati conferma il VS ha influenzato in qualche modo le scelte scolastiche o lavorative, e in generale alcune scelte importanti nel corso della vita (74,5%).

**I pregiudizi sulla balbuzie si possono superare: andando oltre le parole**