

# **FATTORI DI RISCHIO E DI PROTEZIONE nel consumo di sostanze psicoattive in adolescenza**

Prof. Elena Cattelino

## **SCHEMA DELLA RELAZIONE**

### **1. L'uso di sostanze psicoattive: tabacco, alcol, marijuana**

Vengono definite psicoattive tutte quelle sostanze, naturali o di sintesi, capaci di incidere sul sistema nervoso, alterandone l'assetto biochimico, e di provocare quindi modificazioni nell'umore, nella percezione, nell'attività mentale e nel comportamento di una persona. Tra di esse troviamo il tabacco, l'alcol e la marijuana. In particolare queste tre sostanze vengono consumate per la prima volta da molte persone negli anni dell'adolescenza e, sempre lungo questi anni, si può assistere ad un cambiamento di atteggiamenti nei loro confronti e ad una modificazione dello stile e dei contesti di assunzione.

Pur essendo tutte e tre sostanze psicoattive, tabacco, alcol e marijuana sono profondamente diversi per gli effetti che hanno sul sistema nervoso centrale, per la considerazione sociale di cui godono e per le valenze che rivestono. Per quanto concerne gli effetti sul sistema nervoso centrale il tabacco ha un effetto eccitante e stimolante, l'alcol un effetto di depressione dell'attività psichica e la marijuana ha infine effetti sedativi, euforizzanti e psichedelici. Ma gli effetti delle diverse sostanze non dipendono solo dalla differente struttura chimica di queste ultime o dai differenti meccanismi di azione a livello cerebrale; tali effetti sono infatti strettamente associati anche a parametri oggettivi e soggettivi. I primi riguardano la via di somministrazione, la qualità e la quantità della sostanza, l'occasionalità o la sistematicità del consumo, le caratteristiche fisiche del consumatore (genere, età, peso, statura, eccetera); i secondi sono associati a caratteristiche personali dell'assuntore ed alle circostanze in cui avviene il consumo. In particolare, le conoscenze di cui un soggetto dispone, le aspettative che ha ed il significato che egli attribuisce al consumo di una particolare sostanza, influenzano e modificano le sue reazioni, il modo di percepire se stesso ed il mondo esterno: euforia, benessere, tranquillità interiore, disinibizione sono solo alcune delle possibili sensazioni esperibili. Ne deriva che l'esperienza soggettiva conseguente all'uso di sostanze diverse può essere sostanzialmente simile e che le stesse sostanze possono dare luogo, in soggetti diversi o in momenti diversi, a vissuti fortemente differenti. Le circostanze del consumo, così come vengono percepite dal soggetto, assumono anch'esse una grande importanza. Infatti, le caratteristiche fisiche e sociali dell'ambiente in cui avviene l'assunzione (come per esempio la familiarità o l'estraneità, la piacevolezza o l'ostilità del contesto) influiscono a loro volta sulla percezione soggettiva dell'esperienza e sulla funzione che ad essa viene attribuita.

Un secondo aspetto che differenzia le tre sostanze psicoattive qui analizzate è la considerazione sociale di cui godono ed in particolare la loro distinzione in legali ed illegali: infatti, mentre tabacco e alcol sono droghe lecite, la marijuana è una droga illecita. La legalità riconosciuta al consumo di tabacco e alcol facilita l'accettazione, la diffusione ed il

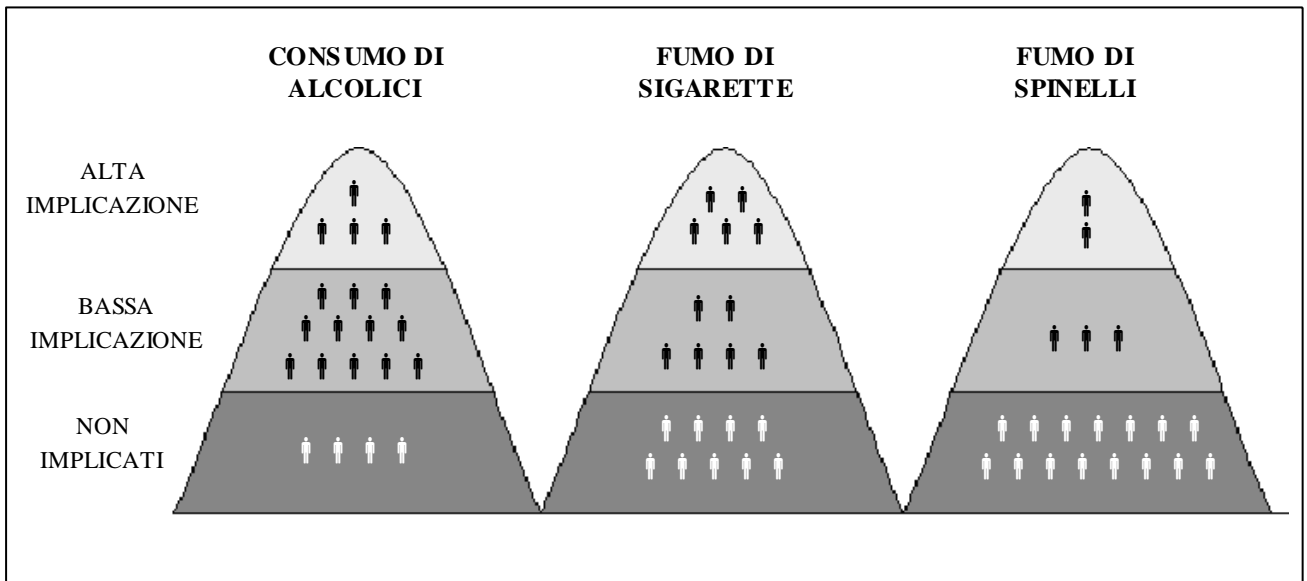
consumo di tali sostanze, ma ciò può anche portare a sottovalutarne la potenziale pericolosità. Può infatti acquisire valore di norma ciò che è tipico e frequente, indipendentemente dai suoi effetti nocivi: oggi infatti il fattore età stabilisce come leciti per l'adulto il fumo e l'assunzione di alcolici, mentre disapprova tali comportamenti se attuati da parte di bambini ed adolescenti. Al contrario l'etichetta di droga illecita attribuita alla marijuana contribuisce a sottolineare i rischi legati al suo consumo ed introduce anche una dimensione sanzionatoria. Tuttavia la tanto diffusa quanto fuorviante distinzione tra "droghe leggere", come i cannabinoidi, e "droghe pesanti", come, ad esempio, la cocaina e l'eroina, introduce una valutazione che può portare ad associare un minor rischio alle prime, inducendo indirettamente ad un loro più ampio consumo. In realtà la distinzione tra droghe leggere e pesanti è infondata: gli studi recenti relativi alle caratteristiche biochimiche delle varie sostanze psicoattive ed ai loro effetti a livello neurofisiologico hanno mostrato la loro similarità di funzionamento. Esistono infatti circuiti specifici nel cervello deputati alla mediazione neuronale della ricompensa e del piacere e tutte le sostanze, per quanto diversamente etichettate come droghe leggere o pesanti, attivano il medesimo sistema di ricompensa del cervello. Inoltre, la nocività e la tossicità delle diverse sostanze psicoattive sull'organismo, sia a breve che a lungo termine, è stata confermata da numerosi studi.

## **2. Implicazione**

La diffusione di una sostanza ed il suo grado di accettazione sociale aumentano la probabilità di consumo. Dalle nostre ricerche (Bonino, Cattelino, Ciairano, 2003) emerge che nel nord-ovest dell'Italia circa il 92% dei giovani tra i 14 ed i 19 anni ha bevuto almeno una volta una sostanza alcolica, il 70% ha sperimentato il fumo di sigarette il 28% quello di spinelli.

Ma il coinvolgimento nell'uso di sostanze non è definibile semplicisticamente in termini di assunzione o non assunzione. Vi sono infatti diverse fasi che definiscono il processo di assunzione delle diverse sostanze e che regolano il rapporto tra consumatore e sostanza: la preparazione o avvicinamento, l'iniziazione e la stabilizzazione del consumo. Durante la fase dell'avvicinamento l'individuo, generalmente attraverso l'interazione con altre persone per lui significative, struttura una certa posizione nei confronti della sostanza psicoattiva. In questa fase quindi l'idea di assumere una sostanza si configura nella mente dell'adolescente come una possibilità più o meno accettabile. Può seguire poi la fase dell'iniziazione in cui l'adolescente prova la sostanza e decide se proseguire l'esperienza fatta oppure no. Soltanto per alcuni vi è poi la stabilizzazione del consumo che può essere però molto differenziata, andando da un uso saltuario ad uno regolare o dipendente.

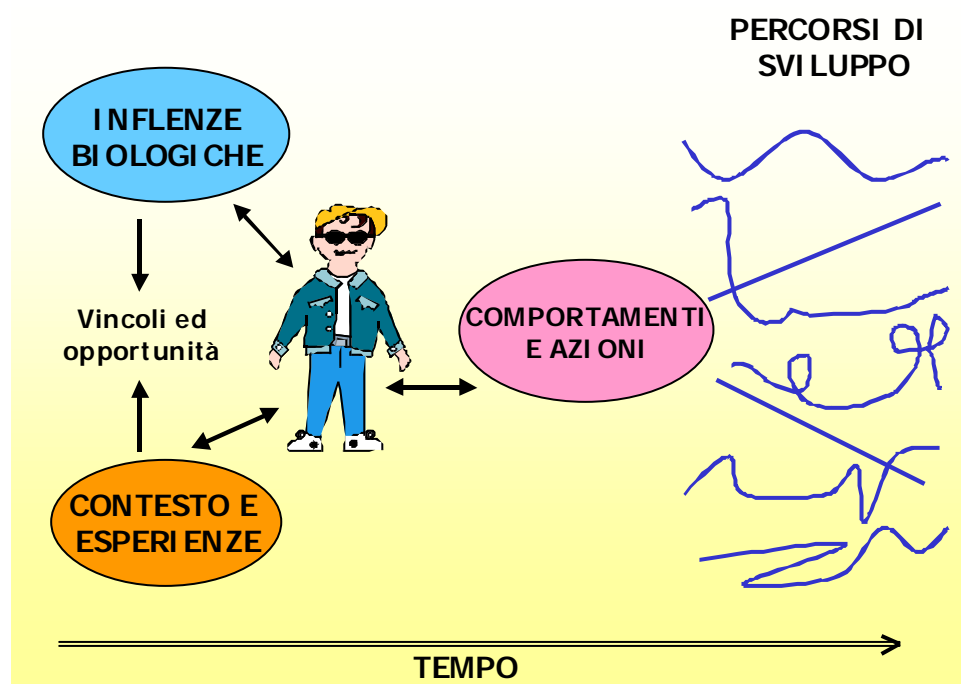
### Schema delle proporzioni di soggetti coinvolti nel consumo di alcol, sigarette e spinelli (ogni omino rappresenta il 5% del campione totale)



L'esistenza di diversi livelli d'implicazione pone alcune domande:

- Perché alcuni adolescenti fanno uso di sostanze psicoattive ed altri no?
- Perché alcuni dopo una fase di sperimentazione abbandonano il consumo, altri diventano dei consumatori moderati ed altri ancora dei forti consumatori abituali?

Le risposte a queste domande vanno ricercate nell'interazione dinamica tra l'individuo ed il suo contesto di vita. Infatti, gli adolescenti hanno diverse caratteristiche personali che interagiscono con contesti che offrono differenti opportunità e diversi vincoli. Sulla base di queste reciproche influenze gli individui attuano dei comportamenti che a loro volta hanno un significato, sono finalizzati, e quindi svolgono delle funzioni particolari che possono variare a seconda delle caratteristiche personali e delle risorse contestuali.



### **3. Le funzioni dell'uso di sostanze psicoattive in adolescenza**

Pur essendoci molti studi che ben descrivono il coinvolgimento degli adolescenti nei comportamenti a rischio in generale e nell'uso di sostanze psicoattive in particolare, assai pochi sono i contributi capaci di fornire informazioni utili a comprendere come mai, nonostante gli evidenti rischi associati al fumo di sigarette e di spinelli ed all'elevata assunzione di alcolici, gli adolescenti ne inizino o ne protraggano il consumo. Secondo un approccio medico assai diffuso, le persone mettono a rischio la propria salute attuando comportamenti scorretti ed assumendo sostanze nocive perché ignare dei rischi a cui si espongono. Tale modello, secondo cui le azioni salutari sono la necessaria conseguenza di una corretta informazione, è infondato. Per quanto riguarda i possibili esiti legati all'assunzione di sostanze, i giovani hanno nella maggioranza dei casi delle conoscenze corrette, ma questa consapevolezza non costituisce per loro un sufficiente deterrente. Anche dai nostri dati emerge che gli adolescenti sanno che tabacco, alcol e marijuana possono creare una serie di problemi di salute, ma, ciò nonostante, la sperimentazione di tali sostanze coinvolge un gran numero di soggetti. Paradossalmente l'alcol, che a piccole dosi è addirittura salutare, è considerato la sostanza che, se assunta quotidianamente, può creare i maggiori problemi di salute. Ciò è probabilmente legato alla maggiore esperienza che i giovani hanno degli effetti dell'abuso di alcol rispetto a quelli di altre sostanze.

La percezione del rischio è significativamente più bassa tra gli adolescenti maggiormente implicati nel consumo di sostanze psicoattive. Questa relazione tra variabili può essere dovuta sia all'impatto che la minore consapevolezza dei rischi ha sul consumo, sia, più probabilmente, all'effetto che l'esperienza ha nel modificare gli atteggiamenti nei confronti della sostanza. È stato infatti dimostrato che la dissonanza cognitiva che si viene a creare per la discrepanza tra conoscenze (sapere che un comportamento è nocivo) e azioni (attuare ugualmente il comportamento) può portare ad una modificazione degli atteggiamenti capace di ricreare una certa coerenza tra pensiero e azione, tra consapevolezza e comportamento.

Ma se la percezione del rischio è comunque elevata anche tra coloro che sono implicati nel consumo di sostanze psicoattive, perché alcuni adolescenti ad un certo momento della loro vita decidono di diventare fumatori o bevitori? E perché alcuni adolescenti ad un certo punto abbandonano il consumo mentre altri persistono in esso o addirittura l'aumentano?

Per rispondere a queste domande è necessario riflettere su quelle che possono essere le funzioni che i diversi comportamenti, anche quelli a rischio o decisamente dannosi, possono assolvere agli occhi degli adolescenti che li attuano. In particolare, l'uso di sostanze psicoattive durante gli anni dell'adolescenza può svolgere numerose funzioni strettamente connesse ai principali compiti di sviluppo che gli adolescenti si trovano ad affrontare ed ai diversi contesti di esperienza.

Vengono qui schematizzate le principali di queste funzioni che possono essere ricondotte all'adulità, alla sperimentazione, alla funzione rituale, alla trasgressione, all'esigenza di controllo ed alla fuga nelle sensazioni.

### Schema delle principali funzioni assolte dall'uso di sostanze psicoattive

Consumo di alcolici	Fumo di sigarette	Fumo di spinelli
<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Anticipazione dell'ADULTITÀ realizzata per continuità con il modo adulto</li> <li>➤ TRASGRESSIONE legata all'abuso (soprattutto per i maschi che eccedono nel bere)</li> <li>➤ SPERIMENTAZIONE di sé, della propria tenuta e delle proprie reazioni, legata all'elevato consumo e alle ubriacature (soprattutto per i consumatori saltuari)</li> <li>➤ RITO DI PASSAGGIO (soprattutto per i più giovani, per le femmine e per chi si accosta per le prime volte al consumo)</li> <li>➤ RITO DI GIOIA E DI LEGAME tra generazioni diverse</li> <li>➤ FUGA dalle difficoltà e dal confronto attraverso le ubriacature frequenti</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Anticipazione dell'ADULTITÀ realizzata attraverso l'imitazione di un comportamento adulto (maggiormente presente tra gli studenti degli istituti tecnici e professionali)</li> <li>➤ TRASGRESSIONE legata all'anticipazione (soprattutto per i più giovani e per le femmine)</li> <li>➤ RITO DI PASSAGGIO (soprattutto per i più giovani, per le femmine e per chi si accosta per le prime volte al consumo)</li> <li>➤ RITO DI LEGAME con gli altri giovani (soprattutto per i maschi e per i più giovani)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Anticipazione dell'ADULTITÀ realizzata in opposizione agli adulti o nonostante gli adulti</li> <li>➤ TRASGRESSIONE legata all'illegalità delle sostanze assunte (soprattutto per i maschi e per gli studenti degli istituti professionali)</li> <li>➤ SPERIMENTAZIONE di sé e degli effetti che la sostanza può avere su lui sé, attraverso la ricerca dello "sballo" (soprattutto in chi è all'inizio del consumo e nei più giovani)</li> <li>➤ RITO DI INIZIAZIONE (soprattutto per i giovani di 16-17 anni)</li> <li>➤ RITO DI LEGAME con alcuni altri giovani (soprattutto per i maschi)</li> <li>➤ FUGA dalle difficoltà e dal confronto attraverso la ricerca reiterata dello "sballo"</li> </ul>

#### 4. Fattori di rischio e di protezione

I fattori di rischio e quelli di protezione sono connessi sia alle caratteristiche personali sia ai diversi contesti di vita degli adolescenti, primi fra tutti la famiglia, la scuola, il gruppo di amici. Tali fattori possono esercitare influenze diverse a seconda dell'età degli adolescenti ed a seconda del loro stile di consumo di sostanze. Ciò nonostante, come vedremo, tanti fattori di rischio e di protezione sono comuni all'uso delle diverse sostanze qui considerate. Tra queste ultime infatti ci sono delle correlazioni abbastanza elevate e questo dato non stupisce, poiché da tempo in letteratura si parla non di singoli comportamenti a rischio, bensì di vere e proprie "sindromi" o "costellazioni" comportamentali che assolvono funzioni

simili, che sono legate a problematiche psicologiche similari e che coinvolgono gli stessi centri della ricompensa.

## 5. Fattori di rischio

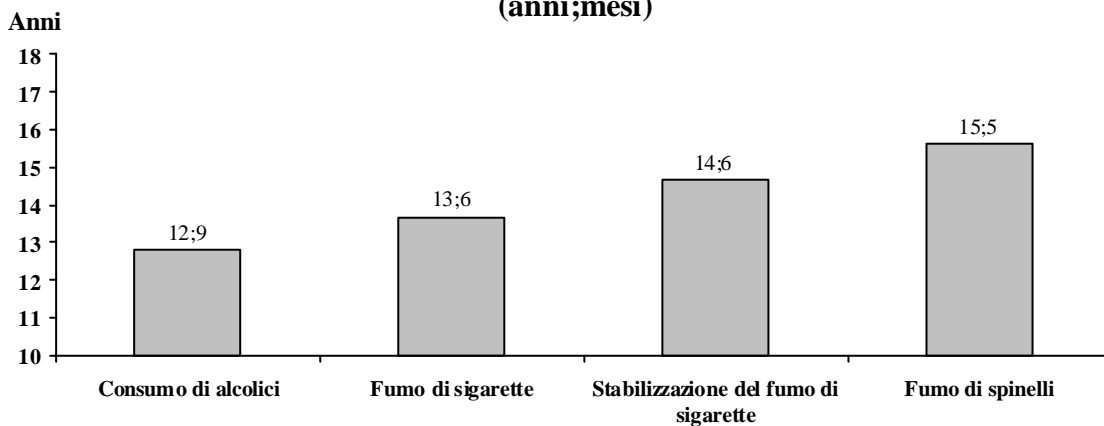
### ***Precocità***

Un importante fattore di rischio per il fumo di sigarette e di spinelli è rappresentato dalla precocità del consumo: prima avviene l'accostamento alla sostanza e più probabile è un aumento del coinvolgimento nel corso degli anni.

Ci sono inoltre dei momenti critici in cui aumenta la probabilità di coinvolgimento.

In generale la liceità della sostanza si accompagna ad una maggiore precocità d'uso della stessa e il passaggio tra cicli di scuola (dalla media inferiore a quella superiore o dal biennio al triennio della scuola media superiore) si configura come un momento di maggiore rischio. Infatti, i periodi di transizione, apportando dei cambiamenti nella vita e nell'identità dei soggetti, richiedono a questi ultimi una ristrutturazione utile per il raggiungimento di un nuovo adattamento. È proprio per fare fronte a quest'esigenza di cambiamento che alcuni adolescenti sono più esposti al rischio di un avvicinamento a comportamenti e sostanze illeciti. Ma per alcuni si tratta solo di una sperimentazione, mentre per altri l'uso di droghe può integrarsi con la nuova identità in costruzione portando così allo stabilizzarsi del consumo.

**Età media d'inizio del consumo di diverse sostanze psicoattive  
(anni;mesi)**



Come abbiamo detto, per quanto concerne il fumo di sigarette e quello di spinelli la precocità d'iniziazione si configura come un fattore di rischio per la stabilizzazione e per l'aumento del consumo. Infatti l'età della prima sigaretta e del primo spinello sono negativamente correlate con la frequenza e la quantità di assunzione di sostanze psicoattive. La relazione tra precocità e rischio è anche facilmente intuibile quando si analizzano i gruppi caratterizzati da diversa implicazione: infatti i forti fumatori abituali hanno iniziato a fumare a circa 13 anni ed il fumo è diventato per loro abituale prima dei 15 anni; al contrario i fumatori saltuari hanno fumato la prima sigaretta intorno ai 14 anni e fumano saltuariamente da dopo i 16 anni. I fumatori abituali moderati si collocano a metà tra questi due gruppi.

Un'analoga relazione tra precocità e stile di consumo è riscontrabile tra i fumatori di spinelli: quanto più l'età di accostamento è precoce, tanto più il consumo è abituale. Al contrario, coloro che scoprono la sostanza più tardi ne abbandonano l'uso con più facilità.

### ***Contesti del consumo***

Per il consumo di alcolici invece, pur essendo l'età di accostamento abbastanza bassa, la precocità d'iniziazione non ha alcun effetto sulla gravità del consumo in adolescenza. Non si riscontra infatti alcuna relazione significativa tra età d'inizio ed intensità di consumo, ossia bevitori moderati e forti non si distinguono tra loro sulla base dell'età del primo approccio all'alcol. In questo caso infatti i potenziali effetti di rischio legati alla precocità possono essere non solo mitigati, ma addirittura annullati, dal contesto in cui avviene il primo ed il successivo consumo.

La prima assunzione di alcolici si configura come un evento sociale. Infatti il 43% ha bevuto per la prima volta in famiglia, il 55% in compagnia di amici e solo il 2% ha bevuto da solo.

Emerge una relazione tra l'età della prima assunzione di alcolici ed il contesto relazione in cui essa si è realizzata: infatti, la quasi totalità di coloro che hanno bevuto per la prima volta entro i 10 anni di età lo ha fatto con la famiglia, in occasione di feste e ricorrenze, com'è tipico della tradizione italiana. Questo dato s'inverte se si considerano i soggetti che hanno bevuto per la prima volta a 16-17 anni: tra di essi solo una piccola percentuale lo ha fatto con la famiglia, mentre la quasi totalità era in compagnia di amici.

Il diverso contesto d'iniziazione ha un effetto anche sullo stile di consumo di alcolici durante l'adolescenza e gioca a favore della famiglia, anche quando l'età è più precoce. Infatti tra i bevitori moderati si ritrova una percentuale maggiore di ragazzi che hanno iniziato a bere in famiglia, mentre tra i bevitori forti è più alta la percentuale di ragazzi che hanno iniziato con gli amici. Non è insomma l'età d'inizio ad influire sulla gravità del consumo di alcol in adolescenza, bensì le condizioni in cui tale debutto è avvenuto.

### ***Modelli e atteggiamenti***

L'uso di sostanze psicoattive in adolescenza si presenta come un comportamento non solitario e sulla cui attuazione il gruppo esercita una grande importanza: i fumatori di sigarette, i consumatori di alcolici ed i fumatori di spinelli trascorrono tutti molte ore alla settimana in compagnia dei loro coetanei e riferiscono di avere molti amici coinvolti anch'essi nell'uso di sostanze psicoattive, tanto che il modello degli amici e le ore con essi trascorse costituiscono degli ottimi predittori del consumo.

In particolare, il modello degli amici acquista una forza crescente passando dalle sostanze lecite a quelle illecite; infatti, l'analisi della regressione evidenzia il fortissimo peso di tale variabile soprattutto per predire il fumo di spinelli. In questo caso gli amici facilitano l'accostamento alla droga perché si pongono, con la loro esperienza, come modelli credibili e rassicuranti, lontani dall'immagine terrificante del drogato comunemente descritta; la stessa iniziazione avviene all'interno del contesto protettivo ed accattivante del gruppo. Grazie ai coetanei inoltre, l'adolescente ha anche una maggiore facilità di procurarsi gli spinelli. Questi ultimi, infatti, pur essendo molto accessibili per la maggioranza dei ragazzi, lo sono comunque in misura ancora maggiore quando si hanno degli amici consumatori.

I modelli e gli atteggiamenti familiari possono influire sul coinvolgimento nell'uso di sostanze psicoattive? Per quanto concerne l'assunzione di alcolici abbiamo già visto che il bere in famiglia permette agli adolescenti di confrontarsi con modelli di morigeratezza, di avere un controllo esterno rispetto alla quantità di sostanza da assumere ogni volta e soprattutto di fare proprie le valenze culturali dell'assunzione di alcolici.

Se passiamo a considerare il fumo di sigaretta, il modello dei genitori non ha invece una funzione protettiva. Infatti, gli adolescenti che non fumano hanno in numero significativamente più basso genitori fumatori, mentre coloro che fumano abitualmente hanno in numero significativamente più alto genitori entrambi fumatori.

In famiglia sono importanti anche i modelli offerti dai fratelli e dalle sorelle, in particolare da quelli più grandi. Soprattutto le ragazze fumano di più quando in casa vi sono fratelli maschi fumatori. L'influenza del modello dei fratelli maggiori può essere interpretata sulla base del fatto che essi vengono percepiti come modelli autorevoli da imitare e, nello stesso tempo, sono più simili all'adolescente di quanto non lo siano i genitori, favorendo ulteriormente i processi d'identificazione.

Ancora più importante del modello di comportamento dei genitori è la loro disapprovazione esplicita del fumo degli adolescenti, che risulta essere significativamente minore nei ragazzi e nelle ragazze più dediti al fumo.

Anche la semplice conoscenza del fatto che i figli fumano si rivela importante: essa è correlata ad un maggiore coinvolgimento dei figli nel fumo. L'influenza di quest'ultimo aspetto non si spiega soltanto con la difficoltà di nascondere ai genitori un'abitudine che è ormai parte della vita quotidiana, ma anche con il fatto che la conoscenza configura un'approvazione indiretta ed implicita.

### ***Caratteristiche degli adolescenti ad alto rischio***

Quando si analizzano i diversi comportamenti a rischio, siano essi legati all'assunzione di sostanze psicoattive o alla messa in atto di comportamenti esternalizzati quali i comportamenti devianti, la guida pericolosa o i comportamenti rischiosi dettati dal desiderio di provare sensazioni forti, emerge sempre un gruppo formato da una minoranza di adolescenti che, a seconda del comportamento considerato, va circa dall'8% al 12%, caratterizzato da una forte implicazione nel rischio. Questi adolescenti presentano caratteristiche particolari che li differenziano dai loro coetanei non implicati o con una bassa implicazione.

Innanzitutto si tratta nella maggioranza dei casi di ragazzi maschi, di età compresa tra i 16 ed i 19 anni che frequentano per lo più gli istituti professionali e, secondariamente, gli istituti tecnici.

Sul piano personale, questi adolescenti hanno in genere una stima di sé inferiore a quella dei loro coetanei, hanno meno fiducia nelle loro capacità scolastiche, si sentono meno in grado di fare fronte ai problemi quotidiani ed hanno attese di successo per il futuro più pessimistiche. Essi inoltre si percepiscono insicuri e presentano elevati livelli di alienazione, stress e sentimenti depressivi.

La loro concezione di vita non è ritenuta simile né a quella dei propri genitori né a quella dei propri amici, anche se emerge un maggiore orientamento verso i coetanei nella presa di decisioni importanti.

Gli adolescenti ad alto rischio si differenziano dai loro coetanei anche per l'uso che fanno del tempo libero e per la percezione che hanno del loro contesto. Essi sono coinvolti in una pluralità di comportamenti a rischio (si tratta in genere di forti fumatori di sigarette che fumano spinelli in modo abituale, abusano di sostanze alcoliche, adottano un modello sessuale promiscuo, sono



fortemente implicati in atti devianti e nella guida pericolosa), trascorrono per lo più il loro tempo libero fuori casa, in gruppi informali, in attività prive di progettualità (come andare in giro senza una meta o stare seduti senza fare nulla) e volte soprattutto allo svago (stare in bar, sale giochi e discoteche).

Si tratta spesso di ragazzi e ragazze che provengono da nuclei familiari in cui si è realizzata una frattura culturale tra genitori e figli, a causa ad esempio dell'immigrazione, dell'urbanizzazione, del rapido mutamento dei modi di vita e dei valori. I figli adolescenti non vedono nei genitori un riferimento ed un sostegno, mentre i genitori, da parte loro, sembrano avere rinunciato a svolgere un ruolo educativo.

Anche l'esperienza scolastica non viene percepita e vissuta come una risorsa. Infatti gli adolescenti ad alto rischio hanno in genere più degli altri sperimentato ripetenze durante la loro carriera scolastica e sono spesso usciti dalla scuola dell'obbligo con un giudizio negativo sulle loro capacità. Essi vivono con grande incertezza sia il presente che il futuro: la scuola a questo riguardo appare non come un luogo di impegno, utile per il lavoro e la vita adulta, ma come un'esperienza priva di una reale utilità. In essa i rapporti con insegnanti e compagni non sono soddisfacenti e acquiscono il disagio legato ad una bassa fiducia nelle proprie capacità scolastiche, ad una scarsa importanza attribuita al successo scolastico ed a basse attese di scolarità. Questi adolescenti dedicano pochissimo tempo allo studio ed hanno una forte intenzione di abbandonare la scuola, tanto che in molti casi hanno già interrotto la frequenza per periodi più o meno prolungati.

Dal quadro appena descritto emerge il profondo disagio degli adolescenti ad alto rischio che, lo ricordiamo, rappresentano una minoranza che non può però essere ignorata. Per questi giovani l'uso di sostanze psicoattive e l'elevata implicazione in altri comportamenti a rischio svolgono prevalentemente la funzione di fuga e di evasione dalle difficoltà e dalle responsabilità. Infatti il pessimismo nei confronti di un futuro che non riescono ad immaginare ed in cui hanno difficoltà a proiettarsi, unito alla scarsa stima di sé, all'insoddisfazione per il proprio presente e per il proprio contesto, porta questi giovani a privilegiare le vie di fuga dalle difficoltà e dalla propria incapacità di farvi fronte in modo adattivo attraverso l'azione o le sensazioni, prime tra tutte quelle della ciucca e dello sballo.

## **6. Fattori di protezione**

I fattori di protezione sono l'insieme delle variabili e delle caratteristiche della persona e del suo contesto in grado di limitare il coinvolgimento degli adolescenti nel rischio. Tali fattori erano stati a lungo trascurati da un approccio più attento ad individuare i fattori di rischio; solo recentemente essi sono stati presi in considerazione per meglio comprendere i diversi percorsi d'implicazione in vari comportamenti a rischio e per sviluppare su tale base strategie efficaci di prevenzione

In particolare in questi ultimi anni si è notato che i fattori di protezione possono agire sia attraverso la promozione di abilità personali utili per il superamento dei diversi compiti di sviluppo e per la promozione di un maggiore benessere, sia attraverso la riduzione, il bilanciamento, la neutralizzazione o la compensazione dei fattori di rischio. Emerge quindi chiaramente che fattori di rischio e di protezione interagiscono in maniera dinamica. Essi non vanno pertanto considerati come qualità statiche degli individui, ma come risorse a cui gli individui possono ricorrere nei momenti di necessità. In questa prospettiva fattori di protezione e di rischio interagiscono nel tempo concorrendo ad influenzare non solo, o non tanto, degli esiti evolutivi, quanto piuttosto dei percorsi di sviluppo. Inoltre, in una prospettiva evolutiva, costruttivista ed interazionista – come quella da noi assunta – un fattore di protezione può non essere tale a tutte le età o per tutti gli adolescenti. Per questo

motivo cercheremo, nel corso del paragrafo, di evidenziare le eventuali differenze tra maschi e femmine e tra adolescenti di diverse fasce di età, allo scopo di comprendere meglio quali variabili mantengono la loro valenza protettiva lungo gli anni dell'adolescenza e quali invece modificano la loro efficacia.

A livello personale la disapprovazione della devianza, l'importanza attribuita all'esperienza scolastica ed alla religione, la soddisfazione per l'esperienza scolastica e le attese di scolarità rappresentano degli importanti fattori di protezione personali capaci di incidere sulle scelte degli adolescenti. Infatti, coloro che vivono l'esperienza scolastica come gratificante, che s'impegnano nello studio e che si riconoscono nei valori legati al rispetto degli altri e delle regole sociali, s'impegnano a raggiungere i loro obiettivi di crescita attraverso strategie e percorsi non lesivi e non esclusivamente esteriori

### **Conoscenze**

La percezione del rischio e la conoscenza delle possibili conseguenze negative a cui ci si espone assumendo certi comportamenti rappresenta un fattore di protezione. Tuttavia la relazione tra conoscenza e comportamento è stata spesso enfatizzata scollegandola da altri aspetti rilevanti che influenzano le decisioni individuali e l'adozione di un certo stile di vita. Così, ad esempio, secondo un modello medico ancora molto diffuso, ma inefficace, si ritiene che la conoscenza dei rischi a cui ci si espone sia il più valido deterrente rispetto all'attuazione di un comportamento. Come già accennato, questo approccio, che ha portato alla creazione di *slogan*, anche recenti, usati nelle campagne di prevenzione, è per lo più inefficace: infatti, le azioni umane non discendono da valutazioni esclusivamente cognitive, ma sono strettamente connesse anche a fattori emotivi, affettivi, relazionali e sociali. Ne consegue che la consapevolezza dei rischi fisici e psicologici a cui ci si espone assumendo sostanze psicoattive costituisce un fattore di protezione; allo stesso tempo però tale conoscenza non è di per sé sufficiente ad evitare l'implicazione nei diversi comportamenti.

Non tutte le conoscenze hanno lo stesso effetto nel proteggere gli adolescenti dal coinvolgimento forte e persistente nell'uso di sostanze. In particolare le conoscenze mediche legate a danni anche gravi, ma posticipati nel tempo non sembrano configurare dei buoni deterrenti; al contrario sono ottimi fattori di protezione le conoscenze maggiormente legate alle ripercussioni negative che un comportamento può avere per il qui e ora. Così, ad esempio, l'idea di avere i denti gialli e di puzzare dopo aver fumato una sigaretta o uno spinello, o di avere l'alito pesante dopo un'eccessiva assunzione di alcol, sembra essere più protettiva rispetto alla consapevolezza di poter sviluppare una patologia tumorale in età adulta.

Altre conoscenze che costituiscono migliori fattori di protezione sono quelle strettamente legate ad alcuni compiti di sviluppo tipici dell'età adolescenziale, quali il raggiungimento di una sempre maggiore indipendenza, il consolidamento delle relazioni amicali, la definizione di sé. Così, ad esempio, assumono valenza protettiva le conoscenze legate al rischio della dipendenza ed alle possibili conseguenze delle sostanze sul sistema nervoso centrale. Infatti per gli adolescenti, impegnati in un percorso finalizzato al raggiungimento di una sempre maggiore autonomia, il rischio di poter dipendere da qualcuno o da qualcosa rappresenta una grave minaccia. Allo stesso modo i possibili danni al sistema nervoso centrale o alle capacità cognitive mettono in gioco l'intera ridefinizione di sé che passa anche attraverso idee e ragionamenti; per questo motivo i danni al cervello ed alle

capacità cognitive ad esso legate rappresentano una minaccia all'intera identità, più di tutte le altre possibili conseguenze a danno di altri organi.

Quanto detto evidenzia come non siano tanto le informazioni connesse ad una maggiore gravità delle conseguenze ad essere le più efficaci, segno che l'approccio terroristico non è adatto alla prevenzione, in particolare a quella con gli adolescenti. La consapevolezza di possibili rischi capaci di compromettere la vita presente dei giovani e dei giovanissimi, le loro relazioni, la loro immagine, la loro identità più profonda è invece un buon fattore di protezione.

### ***L'esperienza scolastica***

La scuola rappresenta un contesto di vita importante fin dall'infanzia e che viene a giocare un ruolo chiave negli anni dell'adolescenza, tanto che l'adattamento ad essa costituisce un impegno evolutivo rilevante e che l'insuccesso nel processo di adattamento si traduce il più delle volte in un profondo senso di disagio.

Proprio perché l'esperienza scolastica oggi svolge un ruolo chiave nell'aiutare gli adolescenti nella costruzione del loro senso d'identità personale e nella definizione delle loro relazioni con le istituzioni sociali, essa può svolgere un importante ruolo protettivo nei confronti di diversi comportamenti a rischio.

Le variabili legate all'esperienza scolastica che svolgono un ruolo di protezione sono numerose. In particolare, l'assenza di desiderio di abbandonare la scuola, il basso numero di ripetenze e le elevate aspettative rispetto alla scuola sono in grado di limitare il coinvolgimento in tutte e tre le sostanze considerate. Altre variabili costituiscono invece dei fattori di protezione solo per alcune sostanze: in particolare, l'importanza attribuita all'esperienza scolastica e la presenza di relazioni soddisfacenti con i propri insegnanti contribuiscono a limitare l'implicazione nel fumo di sigarette e di spinelli; la percezione della scuola come un'esperienza utile per il proprio presente e per il proprio futuro protegge dall'abuso di alcolici.

### ***L'uso del tempo libero***

I contesti in cui i ragazzi e le ragazze trascorrono il loro tempo libero e le attività che essi svolgono al di fuori della scuola possono configurarsi come importanti fattori di rischio o di protezione rispetto all'uso di sostanze psicoattive. L'influenza dei contesti, e soprattutto quella legata all'uso del tempo libero, non va letta secondo un approccio deterministico: è infatti ormai chiaro che l'individuo ha un ruolo attivo nel selezionare e plasmare tali contesti.

In questi ultimi decenni il tempo libero ha assunto un'importanza via via crescente nella vita degli adolescenti tanto che esso rappresenta spesso un'occasione, se non unica almeno privilegiata, per fare delle scelte autonome offrendo a giovani e giovanissimi l'opportunità di dare forma alla propria identità e di contribuire attivamente alla costruzione di un proprio stile di vita.

Il tempo trascorso con la famiglia e quello impegnato nello studio e nella lettura sono dei fattori di protezione rispetto al coinvolgimento nell'uso di sostanze psicoattive da parte degli adolescenti. In particolare il tempo trascorso con i propri genitori, se da un lato limita le occasioni di sperimentazioni rischiose, dall'altro lato offre ai ragazzi e alle ragazze la possibilità di assumere atteggiamenti e comportamenti adulti attraverso il confronto paritario con gli adulti stessi. Inoltre lo stare insieme cementa l'unione consentendo il

dialogo e la narrazione, in questi anni assai utili sia per una definizione di sé sia per trovare nella condivisione strategie costruttive per la risoluzione dei problemi.

Il tempo dedicato a studio e lettura consente invece agli adolescenti la riflessione su di sé, sul senso della vita e delle scelte; esso offre inoltre l'opportunità di confrontarsi con altri punti di vista e di sviluppare diverse strategie di ragionamento. Tutte queste abilità cognitive costituiscono poi delle competenze vitali (*life-skills*) utili per affrontare le diverse situazioni e per evitare quindi di usare l'abuso di sostanze come facile via di fuga.

Al contrario, il tempo trascorso senza fare nulla, ma soprattutto quello passato nei locali pubblici rappresentano dei fattori di rischio per gli adolescenti. Infatti coloro che non si dedicano allo studio e alla famiglia, ma che al tempo stesso non trovano altri spazi di impegno costruttivo del loro tempo libero, sono maggiormente esposti al rischio della noia e possono trovare nell'uso e nell'abuso di sostanze una modalità superficiale e sostanzialmente inefficace per riempire il vuoto che sentono attraverso sensazioni forti. Allo stesso tempo per questi ragazzi l'uso di sostanze può essere una modalità scarsamente elaborata per cementare un'unione con gli amici in assenza di un confronto e di una condivisione più profonda di idee e di progetti.

### **Stile genitoriale**

Gli adolescenti maggiormente implicati nell'uso di tutte e tre le sostanze psicoattive qui considerate risultano avere una struttura di controllo interna più carente rispetto ai loro coetanei non implicati. Essi infatti hanno una maggiore tolleranza per la devianza, si riconoscono meno in alcuni valori condivisi nella nostra società (ad esempio, danno meno importanza all'esperienza scolastica e alla religione). Questi stessi adolescenti presentano anche maggiori difficoltà nel gestire le loro attività ed il loro tempo libero trascorrendo lunghe ore senza fare nulla o stando nei locali pubblici.

Con questa generale tendenza alla trasgressione e con questa difficoltà di autoregolazione e di autocontrollo interagiscono altri fattori legati alle relazioni con amici e genitori.

A livello familiare, un buon equilibrio tra sostegno e supervisione crea le premesse non solo per la costruzione di un'immagine positiva di sé, ma anche per la riduzione del rischio di un'implicazione grave e persistente nell'uso di sostanze psicoattive.

Attraverso uno stile educativo autorevole la famiglia svolge un ruolo protettivo sia aiutando l'adolescente nell'acquisizione di una sempre maggiore capacità di autoregolazione sia riducendo, attraverso il dialogo ed il sostegno affettivo, i sentimenti di malessere dei figli adolescenti (Cattelino, Calandri e Bonino, 2001; Ciairano, Bonino, Jackson e Miceli, 2001). Così facendo la famiglia limita il rischio che i ragazzi e le ragazze ricorrano all'uso di sostanze psicoattive come mezzi per fuggire dalla realtà e da sensazioni sgradevoli.

Per il fumo di sigaretta in particolare, uno stile educativo autorevole, caratterizzato da alto sostegno ed elevata supervisione, svolge un ruolo protettivo sia riguardo al coinvolgimento che allo smettere di fumare, vale a dire nel limitare il comportamento alla fase di sperimentazione. L'equilibrata unione di sostegno empatico e di fermezza si rivela dunque decisiva anche per il coinvolgimento nel fumo, che pure gode, a differenza delle altre sostanze psicoattive, di una buona accettazione sociale. Si può ritenere che tale atteggiamento educativo induca una minore ricerca di anticipazione dell'adulthood, minore

esigenza di trasgressione, minore orientamento verso il gruppo, maggiore accettazione della propria condizione adolescenziale, maggiori competenze sociali e capacità di affrontare le difficoltà grazie al dialogo in famiglia.

Anche lo stile supportivo, caratterizzato da alto sostegno e scarsa supervisione, può essere protettivo, soprattutto per gli adolescenti più grandi e per le ragazze. Al contrario, gli stili autoritario (basso sostegno ed alta supervisione) e soprattutto quello permissivo (scarso sostegno e bassa supervisione) sono dei fattori di rischio e caratterizzano le relazioni tra genitori e figli più implicati.

Per il fumo di spinelli, il clima familiare degli ex consumatori è diverso sia da quello di coloro che non hanno mai sentito il bisogno di provare la marijuana che da quello dei consumatori abituali. I ragazzi che non hanno mai provato provengono anch'essi da famiglie con un modello educativo autorevole, caratterizzato da precise regole e da forte sostegno emotivo. I ragazzi che hanno smesso di fumare gli spinelli provengono in misura significativamente maggiore da famiglie caratterizzate da alto sostegno affettivo e pochissima severità, sia fuori che dentro casa. Se l'assenza di controllo e di limiti può spiegare sia la maggiore facilità di coinvolgimento che il maggiore bisogno di mettersi alla prova, l'alto sostegno ha invece probabilmente svolto un ruolo protettivo nell'abbandonare la marijuana. Nel caso dei consumatori abituali, che non riescono a limitare la loro incursione nel rischio alla fase di sperimentazione ma che ricercano soprattutto una forma di fuga, la famiglia appare invece inesistente, molto poco severa ma anche per niente supportiva, ancor più di quanto non sia per la famiglia dei fumatori saltuari

Infine, Anche rispetto al consumo di alcolici, ed in particolare rispetto all'abuso, lo stile educativo autorevole risulta essere il più protettivo.

### **Gli amici**

Avere amici che si dedicano allo studio, ad attività organizzate e non dispersive costituisce un buon fattore di protezione perché permette agli adolescenti di confrontarsi con modelli non oppositivi e di identificarsi con i coetanei stabilendo una relazione significativa con essi senza ricorrere all'uso o all'abuso di sostanze psicoattive.

Per i maschi gioca anche una forte importanza l'autoefficacia regolatoria soprattutto in presenza di amici dal comportamento trasgressivo. Riuscire a restare se stessi davanti alle pressioni dei pari diventa un potente fattore di protezione capace di incidere sulle scelte individuali.

Un altro aspetto interessante è il ruolo svolto dalle relazioni percepite tra i propri amici ed i propri genitori: un maggiore orientamento verso i pari nella presa di decisioni importanti, in presenza di un basso grado di accordo, e quindi di una conflittualità tra amici e genitori, e di modelli trasgressivi degli amici, aumenta notevolmente il rischio d'implicazione nell'uso di sostanze. In queste situazioni infatti l'abuso di sostanze può rappresentare una strategia inadeguata di *coping* realizzata prevalentemente attraverso la fuga da conflitti e tensioni. Quest'aspetto di conflittualità tra amici e genitori è maggiormente predittivo del consumo di sostanze lecite, il tabacco e l'alcol, segno che passando a considerare le sostanze illecite le difficoltà ed i conflitti avvertiti dai giovani sono più interni e profondi. Oppure si può anche ipotizzare che i fumatori di sigarette ed i consumatori di alcolici, che realizzano una trasgressione più contenuta, siano maggiormente consapevoli dei conflitti; al

contrario, i forti fumatori di spinelli sarebbero meno in grado di dare significato al loro disagio attraverso un'elaborazione cognitiva.

Nello schema che segue è riportato uno schema dei principali fattori di protezioni relativi ai contesti familiare, scolastico, amicale e del tempo libero. Tali fattori di protezione sono stati collegati alle differenti funzioni che l'uso delle diverse sostanze psicoattive può assolvere per gli adolescenti.

**Schema dei principali fattori di protezione in relazione alle funzioni dell'uso di sostanze psicoattive**

FATTORI DI PROTEZIONE	FUNZIONI DI RIFERIMENTO
<p><b>FAMIGLIA</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ modello dei genitori</li> <li>➤ modello dei fratelli maggiori</li> <li>➤ atteggiamenti di disapprovazione esplicita</li> <li>➤ contesto familiare di assunzione di alcolici</li> <li>➤ sostegno genitoriale</li> <li>➤ supervisione genitoriale</li> </ul>	<p>Il modello genitoriale di non implicazione nel fumo di sigarette e di consumo moderato di alcolici favorisce:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ l'IDENTIFICAZIONE con gli adulti</li> <li>➤ l'imitazione e l'assunzione di uno stile di consumo e di vita salutare</li> </ul> <p>Il modello dei fratelli, in particolare dei fratelli maggiori, di non implicazione nel fumo di sigarette favorisce:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ l'IDENTIFICAZIONE con i giovani</li> <li>➤ l'imitazione e l'assunzione di uno stile di consumo e di vita salutare</li> </ul> <p>La disapprovazione esplicita dell'uso di sostanze:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ favorisce il controllo ed il monitoraggio</li> <li>➤ veicola informazioni sulla nocività legata al fumo di sigarette e di spinelli ed all'elevato consumo di alcolici</li> </ul> <p>Il contesto familiare di assunzione di alcolici favorisce:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ l'IDENTIFICAZIONE</li> <li>➤ l'assunzione di uno stile di consumo moderato</li> <li>➤ l'UNIONE tra generazioni</li> <li>➤ il SENSO DI APPARTENENZA al mondo adulto e alla comunità</li> <li>➤ la condivisione delle VALENZE CULTURALI attribuite al consumo moderato di alcol (vs la FUGA e l'abuso)</li> <li>➤ RITO DI LEGAME e di GIOIA.</li> </ul> <p>Una buona integrazione di sostegno e supervisione favorisce:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ l'utilizzo di modalità di AFFERMAZIONE DI SÉ e della propria ADULTITÀ attraverso il dialogo ed il confronto</li> <li>➤ la VALORIZZAZIONE DI SÉ attraverso la condivisione di idee, sentimenti, aspettative, progetti, ...</li> <li>➤ l'AUTONOMIA attraverso l'instaurarsi di relazioni paritarie</li> <li>➤ l'uso di STRATEGIE DI COPING basate sulla verbalizzazione e sul confronto</li> <li>➤ l'interiorizzazione di regole e valori vs l'OPPOSIZIONE ad essi</li> <li>➤ i processi di ETEROREGOLAZIONE e di AUTOREGOLAZIONE.</li> </ul>

<p><b>ESPERIENZA SCOLASTICA</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ importanza attribuita al successo scolastico</li> <li>➤ soddisfazione per l'esperienza scolastica</li> <li>➤ buone relazioni con gli insegnanti</li> <li>➤ percezione dell'utilità</li> <li>➤ attese di scolarità</li> <li>➤ elevate aspettative positive</li> </ul>	<p>Vivere l'esperienza scolastica come esperienza significativa e da cui trarre soddisfazione favorisce:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ l'<b>AFFERMAZIONE DI SÉ</b></li> <li>➤ il <b>RAFFORZAMENTO DI UN'IDENTITÀ</b> positiva</li> <li>➤ il coinvolgimento nelle istituzioni e nel mondo adulto vs la <b>TRASGRESSIONE</b> e l'<b>OPPOSIZIONE</b></li> <li>➤ l'<b>ASSUNZIONE DI RESPONSABILITÀ</b> e impegni vs la <b>FUGA</b> da essi</li> </ul>
<p><b>COETANEI</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ modello di non implicazione nel fumo di sigarette e spinelli e di moderata implicazione nel consumo di alcolici</li> <li>➤ modello di comportamento non trasgressivo o oppositivo (convenzionale)</li> <li>➤ grado di accordo con i genitori</li> </ul>	<p>Il modello degli amici favorisce:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ l'<b>IDENTIFICAZIONE</b> e l'assunzione di modelli salutarì</li> <li>➤ la diminuzione delle occasioni di consumo</li> <li>➤ la minore facilità di reperimento delle sostanze</li> </ul> <p>La percezione dei propri amici come persone non trasgressive, impegnate nelle attività quotidiane e con valori simili a quelli dei propri genitori favorisce:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ la creazione di un <b>LEGAME</b> basato sulla condivisione di idee e attività organizzate e costruttive vs dispersive o oppostive</li> <li>➤ la percezione di <b>ACCETTAZIONE SOCIALE</b> svincolata dall'assunzione di sostanze psicoattive</li> <li>➤ la <b>SPERIMENTAZIONE</b> di ruoli e azioni socialmente accettati e non pericolosi</li> <li>➤ la percezione della continuità valoriale col mondo adulto e con la società vs la <b>TRASGRESSIONE</b>, l'<b>OPPOSIZIONE</b> e la <b>FUGA</b></li> </ul>
<p><b>TEMPO LIBERO</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ tempo dedicato a studio e lettura</li> <li>➤ tempo trascorso con la famiglia</li> <li>➤ appartenenza ad un gruppo religioso</li> </ul>	<p>Il tempo settimanale trascorso leggendo e studiando, quello trascorso con la famiglia e l'appartenenza ad un gruppo religioso favoriscono:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ l'<b>AFFERMAZIONE DI SÉ</b> e la <b>COSTRUZIONE DELL'IDENTITÀ</b> attraverso la riflessione, le idee, il confronto, il comportamento prosociale</li> <li>➤ il consolidamento del <b>SENSO DI APPARTENENZA</b> alla comunità</li> <li>➤ la riflessione sul senso della propria esistenza e sul valore delle proprie azioni per sé e per gli altri</li> <li>➤ la <b>PROGETTUALITÀ</b> e l'<b>IMPEGNO</b></li> <li>➤ il ricorso a <b>STRATEGIE DI COPING</b> efficaci</li> <li>➤ l'interiorizzazione di valori vs l'<b>OPPOSIZIONE</b> ad essi</li> <li>➤ la <b>VISIBILITÀ SOCIALE</b> attraverso azioni costruttive</li> </ul>

Per approfondimenti:

**Silvia Bonino, Elena Cattelino, Silvia Ciairano (2003). *Adolescenti e rischio*. Firenze: Giunti**