

## 4.2

## ADOLESCENZA E DIPENDENZE

**Pilo M.\*, Foddai M.S.\*, Fiori G.M.\*\*, Mattia S.\*\*,  
Pulino F.\*\*, Taras F.\*\*.**

Azienda ASL N 1 DSMD SerD - Sassari - Italy  
\* Dirigente Psicologa, Dirigente Psichiatra, - S.C. Area  
Dipendenze Patologiche – Sassari  
\*\* Psicologi Tirocinanti - S.C. Area Dipendenze  
Patologiche – Sassari

Uso di sostanze Legali ed Illegali e Internet Addiction  
in un campione di 615 ragazzi di età 14/17 di 2 istituti  
Superiori di sassari- classi 1° e 2°

Topic Prevenzione: *Interventi e Contesti*

### Il Progetto

Nell'anno Scolastico 2023/24 l'équipe di Prevenzione del SerD ha condotto un Progetto dal titolo "Adolescenza e... Dipendenze" in 12 Classi Prime dell'Istituto Tecnico Industriale "G. M. Angioy" ed 11 Classi Prime e 4 Seconde del Liceo Scientifico "G. Spano" di Sassari per un totale di 27 Gruppi classe. Il Progetto concordato con i rispettivi Gruppi di Educazione alla Salute, 17 Docenti, si è articolato in:

- 1 incontro di preparazione e di informazione di tutte le classi coinvolte da parte degli Insegnanti coordinatori di classe,
  - programmazione e calendarizzazione degli incontri,
  - 1 Intervento di Informazione e Formazione in Classe con gli operatori del SerD,
  - Somministrazione di Questionari di valutazione e di Gradimento,
  - 1 un evento finale in plenaria con la presentazione degli elaborati di ciascun gruppo classe.
- Operatori coinvolti: 6: Dott.ssa Pilo Psicologa coordinatrice dell'équipe, Dott.ssa Foddai Medico Psichiatra, Dott.ssa Fiori Psicologa specializzanda in psicoterapia, Dott. Mattia Psicologo specializzando in psicoterapia, Dott.ssa Pulino Psicologa tirocinante, Dott.ssa Taras Psicologa tirocinante.

### Campione

615 studenti di cui 200 Femmine e 415 Maschi di età compresa tra i 14 e 17 anni, e rappresentativo sia del contesto socio ambientale cittadino che dei paesi limi-

trofi. Dal punto di vista statistico non sono state rilevate differenze significative nella tipologia di dipendenza e del consumo di sostanze.

### Metodologia

Gli interventi con il Gruppo classe (2 ore ciascuno) sono basati sulla metodologia dei Gruppi di Apprendimento di tipo esperienziale, che comprende circle time, ascolto attivo non giudicante, brainstorming, rilevazione delle loro dipendenze ed esperienze relative alle stesse, report dei contenuti espressi alla lavagna, discussione e restituzione al gruppo classe.

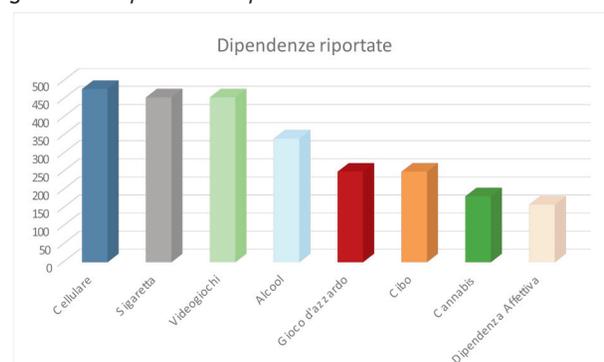
### Finalità

Accrescere negli studenti i livelli di conoscenza e di consapevolezza e responsabilizzazione per sé e per gli altri, rispetto alle dipendenze da sostanze e comportamentali, con l'obiettivo di promuovere la propria salute-benessere in adolescenza.

### Attività

In ogni classe, dopo un primo momento conoscitivo e di definizione delle regole, è stato chiesto a ciascun studente di riportare su un bigliettino anonimo le proprie dipendenze, tramite la tecnica del brainstorming. Dopo la raccolta ogni ragazzo è stato invitato ad esprimere la propria opinione. Ogni opinione è stata riportata sulla lavagna, rielaborata e restituita dagli operatori. Qui di seguito vengono riportate le dipendenze più frequenti per i ragazzi nel loro contesto relazionale e sociale.

Fig. 1 – Le dipendenze riportate



Discussione: Aspetti Positivi Aspetti Negativi

- Dipendenza da Cellulare

Il cellulare rappresenta la dipendenza più riportata fra tutte, per entrambi i sessi.

Per "telefono/cellulare" i ragazzi intendono: l'utilizzo dei social (principalmente Instagram, Tik Tok), App di messaggistica (Whatsapp e Telegram) e videogiochi (Brawl Stars ecc.) I ragazzi e le ragazze sono consapevoli di spenderci una quantità di tempo eccessiva, stimata dalle 3/8 ore giornaliere. Tra gli aspetti positivi

riferiscono la possibilità di tenersi costantemente in contatto con gli amici, mentre tra gli aspetti negativi riportano l'isolamento causato dall'utilizzo protratto del telefono, il quale preclude la condivisione sociale. A questo proposito, molti adolescenti riferiscono di aver vissuto veri e propri periodi di ritiro sociale, negli anni della Scuola Media (11/13 anni).

Per quanto concerne le modalità di utilizzo del telefono, una delle funzioni più utilizzate è quella relativa ai social: i ragazzi riconoscono come i contenuti possano influenzare la loro visione del mondo e di sé stessi, e creare un modello idealizzato ed irraggiungibile. È presente già a questa età, la consapevolezza, del rischio di possibili adescamenti in rete.

- Dipendenza da Sigaretta

Pur facendone uso, i ragazzi ritengono che il fumo di sigaretta sia molto dannoso: "Fa male allo sviluppo". Questa consapevolezza, a parità di dannosità di altre sostanze, non è invece stata maturata per l'alcool, la cui pericolosità viene sempre valutata in modo "dose-dipendente". La consapevolezza dei rischi del fumo potrebbe essere ricondotta all'importante campagna anti-fumo promossa negli ultimi decenni dal Sistema Sanitario Nazionale. È stato riscontrato che il fumo di sigarette a combustione è sostituito o integrato dall'uso di sigarette elettroniche, considerate più socialmente accettabili e smart. (Es: Puff o IQOS)

- Videogiochi

I videogiochi, riportati come dipendenza in una proporzione 70/30 maschi/femmine, sono ritenuti una forma di svago, che consente la possibilità di vivere e interagire con realtà virtuali non altrimenti possibili. Il contenuto del gioco (aggressivo e non) per alcuni è in grado di influenzare la messa in atto di comportamenti aggressivi, (la letteratura suggerisce che il contenuto è in grado di favorire i comportamenti aggressivi solo in coloro che li manifestano già, o che presentano fattori di rischio quali disagio socio-economico e modelli parentali disfunzionali).

Si evidenzia tuttavia un discontrollo della rabbia, con conseguente messa in atto di acting out nei confronti degli oggetti circostanti a seguito di frustrazioni riportate nei giochi.

Alcuni adolescenti riportano di essersi immersi nei videogiochi al punto di essersi isolati dalla realtà circostante e di esserne usciti solo con l'aiuto e il confronto con genitori e amici. Emerge inoltre che già dagli 11 anni i ragazzi "upgradano" il livello nei videogiochi, spendendo somme considerevoli per la giovane età con il consenso dei genitori. Tale comportamento potrebbe essere considerato un precursore della dipendenza da

gioco, del quale i ragazzi ed i loro genitori appaiono assolutamente inconsapevoli.

- Uso e Abuso di Alcool

L'uso di bevande alcoliche (birra shortini cocktail) non viene considerata una dipendenza, bensì una forma di svago assolutamente normale in quanto associata a momenti di divertimento: feste, eventi serate ecc. L'alcool non è ritenuto dalla maggior parte degli adolescenti una sostanza psicoattiva e, differentemente dal fumo, non se ne percepisce la dannosità, che viene sempre valutata in base alla quantità assunta (dose-dipendente).

Riconoscono tuttavia che il consumo di alcool abbia un maggiore impatto su un corpo ancora in sviluppo rispetto a un corpo adulto: "Fa male perché non siamo ancora sviluppati". L'alcool è inoltre una sostanza socialmente connotata e si ritiene che favorisca e faciliti la socialità. I ragazzi differenziano il loro consumo di alcool da quello degli adulti, e riferiscono una benevola tolleranza rispetto al fenomeno da parte dei genitori. Il consumo di alcool non è esente da forme di condizionamento sociale, alcuni ragazzi riportano infatti: "Se avessi amici che non bevono non berrei".

- Gioco d'Azzardo

Per quanto concerne il gioco d'azzardo, le modalità tramite le quali si esplica sono: Slot Machine, Schedine di scommesse sportive, Gratta e Vinci, scommesse fra amici.

Nonostante in Italia non sia consentito l'accesso alle piattaforme, slot o qualsiasi forma di Gioco d'Azzardo ai minori, questo divieto viene spesso aggirato con la complicità degli adulti, quali parenti, amici maggiorenni e/o conoscenti.

È emerso che gli adolescenti sopravvalutano la loro possibilità di controllo sui meccanismi che regolano le scommesse.

- Cibo

Per dipendenza da cibo i ragazzi intendono cibo "consolatorio", come dolci, bevande gassate e fast food. I ragazzi affermano che queste tipologie di cibo siano dannose solo se si eccede nel loro consumo. Sono emersi talvolta dichiarazioni di comportamenti alimentari di tipo restrittivo ma scollegati da una vera e propria consapevolezza di rischio di incorrere in un Disturbo del Comportamento Alimentare (DCA).

- Uso e Abuso di Cannabis

La cannabis è utilizzata a scopo per lo più ricreativo e talvolta come "valida alternativa" all'alcool. Alcuni ragazzi riferiscono di utilizzarla al fine di rilassarsi, inol-

Fig. 2

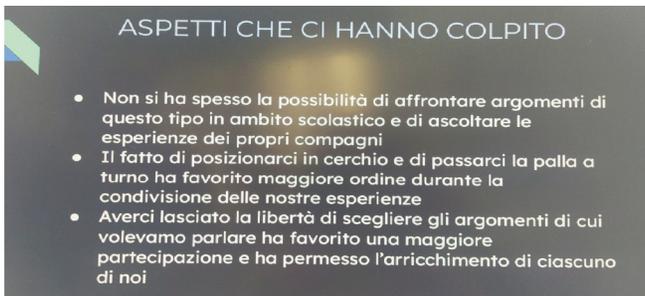
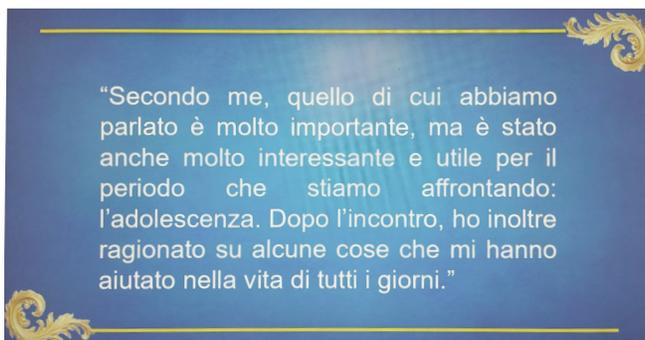


Fig. 4



tre descrivono che tramite l'uso di questa sostanza riescono a sentire ed esprimere meglio le proprie emozioni e sensazioni. Emerge anche per la cannabis, che le principali fonti di informazione sugli effetti della sostanza siano i social e internet.

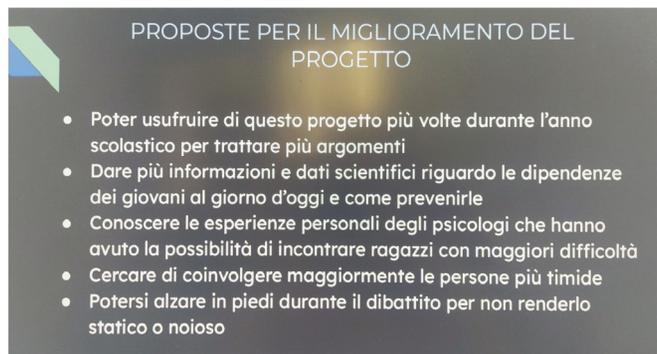
• **Dipendenza Affettiva**

“Se dipendi troppo da una persona a cui vuoi bene diventa una relazione tossica”. È emerso che gli adolescenti, in questo caso in maggioranza ragazze, connotano negativamente ogni forma di dipendenza emotiva dagli altri, siano essi amici o partner. Tali affermazioni possono essere ricondotte a topic molto comuni sui social, che correlano la dipendenza affettiva al fenomeno dello stalking del revenge porn e dei femminicidi.

**Risultati**

L'indagine sopra riportata evidenzia come la visione degli adulti siano genitori, insegnanti o educatori, rispetto alle dipendenze in questa fase evolutiva, sia molto divergente da quella degli adolescenti. Laddove gli adulti sono preoccupati prevalentemente dall'uso delle sostanze illegali, trascurando le sostanze legali e le dipendenze comportamentali, i ragazzi che abbiamo osservato nel campione in esame, si considerano “in tempo di rischio” rispetto alle dipendenze comportamentali e relazionali. Sono queste le dipendenze rappresentative del contesto socio ambientale, nel quale si muovono e si relazionano gli adolescenti. I dati emersi nell'indagine sul nostro campione confermano quelli

Fig. 3



rilevati dalla Relazione Annuale al Parlamento sul fenomeno delle dipendenze, nel settore consumi e tendenze fra i giovani del 2024.

**Conclusioni**

I questionari di gradimento hanno evidenziato che l'incontro con professionisti non giudicanti ha consentito ai ragazzi, di elaborare in maniera critica la loro visione delle dipendenze, spesso parziale e non scientificamente supportata.

Negli elaborati finali gli studenti hanno riferito di avere migliorato la conoscenza e la consapevolezza sui possibili consumi problematici di sostanze, hanno chiesto di replicarlo il prossimo anno supportando così i risultati attesi. (Vedi fig.2, fig. 3, fig. 4)

*Bibliografia Essenziale*

- Bandura A (1977) Self-efficacy: toward a unifying theory of behavioral change. *Psychological Review*,84 (2) 191-215
- Bion W.R. (2009) *Apprendere dall'esperienza* Armando Roma
- Costabile A., Bellacicco D., Bellagamba F., Stevani J. (2011), *Fondamenti di psicologia dello sviluppo* La terza Bari
- Korte M. (2020) The impact of the digital revolution on human brain and behaviour: where do we stand?: *Dialogue in Clinical Neuroscience*, 22(2)101-1011.
- Lucchini A. (2024) *Consumi e Dipendenze in Adolescenti e Giovani adulti* – Franco Angeli Milano
- Lugoboni F. & Zamboni L. (a cura di) (2018) *In sostanza: Manuale sulle Dipendenze patologiche* Ed CLAD Verona
- Polidori E. 2018 – Perché la prevenzione funziona poco nei DUS? - in Lugoboni F. & Zamboni L. (a cura di) (2018) *In sostanza*.
- 2024 - *Relazione Annuale al parlamento sul fenomeno delle dipendenze in Italia*.
- Siegel D.J. (2014) *La mente adolescente* -Raffaello Cortina Milano