



## Disagio giovanile e dipendenze



**Vincenzo Marino**

Medico Psicoterapeuta  
Specialista in psicologia Medica - Psichiatria



## Premessa

E' noto a tutti che l'abuso di alcol e altre droghe produce gravi danni alla salute fisica e mentale dei consumatori , alle relazioni sociali e all'intera collettività .

Malgrado ciò molte persone ne sono attratte, soprattutto gli adolescenti...



# IPSAD – Italia PLY 2015



Sostanze	15-24		25-34		35-44		45-54		55-64	
	M	F	M	F	M	F	M	F	M	F
Cannabis	26,7	19,1	23,9	14,0	8,5	5,1	3,3	2,3	0,3	0,4
Cocaina/Crack	3,3	2,0	5,0	2,1	1,8	0,4	0,9	0,2	0,4	0,0
Stimolanti	2,1	0,8	1,5	0,5	0,2	0,2	0,0	0,0	0,0	0,0
Allucinogeni	2,1	0,8	1,1	0,2	0,1	0,2	0,0	0,0	0,0	0,0
Eroina	0,9	0,5	0,7	0,1	0,3	0,2	0,3	0,0	0,0	0,0
Alcol	88,9	84,5	94,1	85,5	92,7	76,2	87,6	72,9	84,3	66,6
Tabacco	40,9	39,6	43,3	38,0	34,5	27,7	29,4	31,3	31,3	30,4



# ESPAD Italia PLY 2015



Sostanze	15		16		17		18		19	
	M	F	M	F	M	F	M	F	M	F
Cannabis	10,3	6,9	20,7	14,1	28,8	19,3	33,5	22,5	39,4	23,7
Cocaina	1,9	1,0	3,0	1,3	3,6	2,0	5,2	2,1	7,6	3,0
Eroina	1,2	0,6	1,6	1,0	1,2	0,8	1,2	0,6	1,5	0,8
Allucinogeni	1,6	0,9	3,1	1,4	3,2	1,6	3,8	1,4	5,1	1,9
Stimolanti	1,8	1,2	2,5	1,6	3,2	1,6	3,9	1,5	5,6	1,7
Alcol	73,1	65,2	84,4	75,6	87,5	81,6	90,7	85,3	91,9	84,8
Tabacco	14,1	16,5	23,2	23,4	29,2	27,4	32,1	32,0	38,6	34,4



# Provincia di Varese - Survey WOSAP PLY 2012

Sostanze	15		16		17		18		19	
	M	F	M	F	M	F	M	F	M	F
	Cannabis	11,8	7,7	19,0	20,7	21,6	21,7	32,0	28,0	35,4
Cocaina	3,5	0,8	3,0	1,6	3,2	2,0	4,1	3,1	4,6	2,6
Eroina	1,0	0,0	1,2	1,6	2,4	0,9	2,5	2,0	2,7	0,9
Allucinogeni	3,5	1,2	4,0	2,3	4,0	1,7	5,9	3,0	6,2	3,2
Stimolanti	2,7	0,7	2,4	0,9	3,0	1,6	4,4	2,6	6,4	3,6
Alcol	68,2	55,1	69,0	76,0	82,2	79,3	82,5	82,0	88,5	87,9
Tabacco	8,2	4,2	20,0	26,7	26,0	28,0	36,1	30,2	33,6	36,2



**Ma perché le dipendenze sono così attrattive ?**

L'abuso di sostanze, come l'alcol, la nicotina, le droghe e gli altri comportamenti di dipendenza ( come il **gioco d'azzardo** ) **producono gratificazione** ( **↑ DA** ) e sono quindi una delle possibili forme di **compenso** del malessere legato allo **stress e al disagio esistenziale** .



"Il mondo è una merda,  
cosa vuoi farci?  
Tanto poi muori e non  
devi tornarci."

-Fedez

perfettamenteimperfetto20

## Perché gli adolescenti ne sono particolarmente attratti ?

L'adolescenza è la "*primavera della vita*" ma è anche una **fase critica della crescita caratterizzata da grandi trasformazioni e da un disagio particolarmente intenso** .



**“Adulescens”**  
è *“colui che sta crescendo”*

... e questa crescita è caratterizzata da imponenti trasformazioni :

1. **Biologiche** : trasformazioni del cervello → impulsività
2. **Psicologiche** : necessità di conciliare bisogni attaccamento, agonistici e ricerca autonomia dai genitori
3. **Socio-relazionali** : condizionamenti sociali e del gruppo dei pari

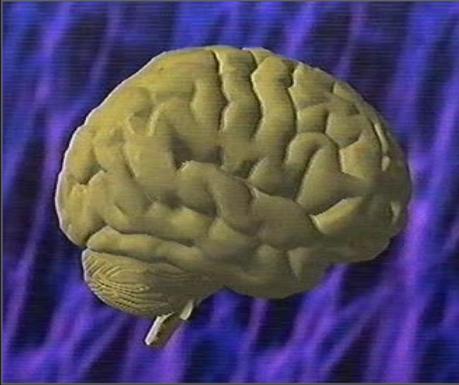
# 1. Modificazioni Biologiche

- Rapido accrescimento somatico disarmonico:  
modificazioni IMG corporea ( specchio )

- Cambiamenti ormonali → comparsa caratteri sex  
primari ( menarca, seno ) e secondari ( peli, ecc. ) ,  
impulsi sessuali..

- Impulsività e plasticità neuronale → il prezzo  
dell' intensità ( > vulnerabilità droghe )



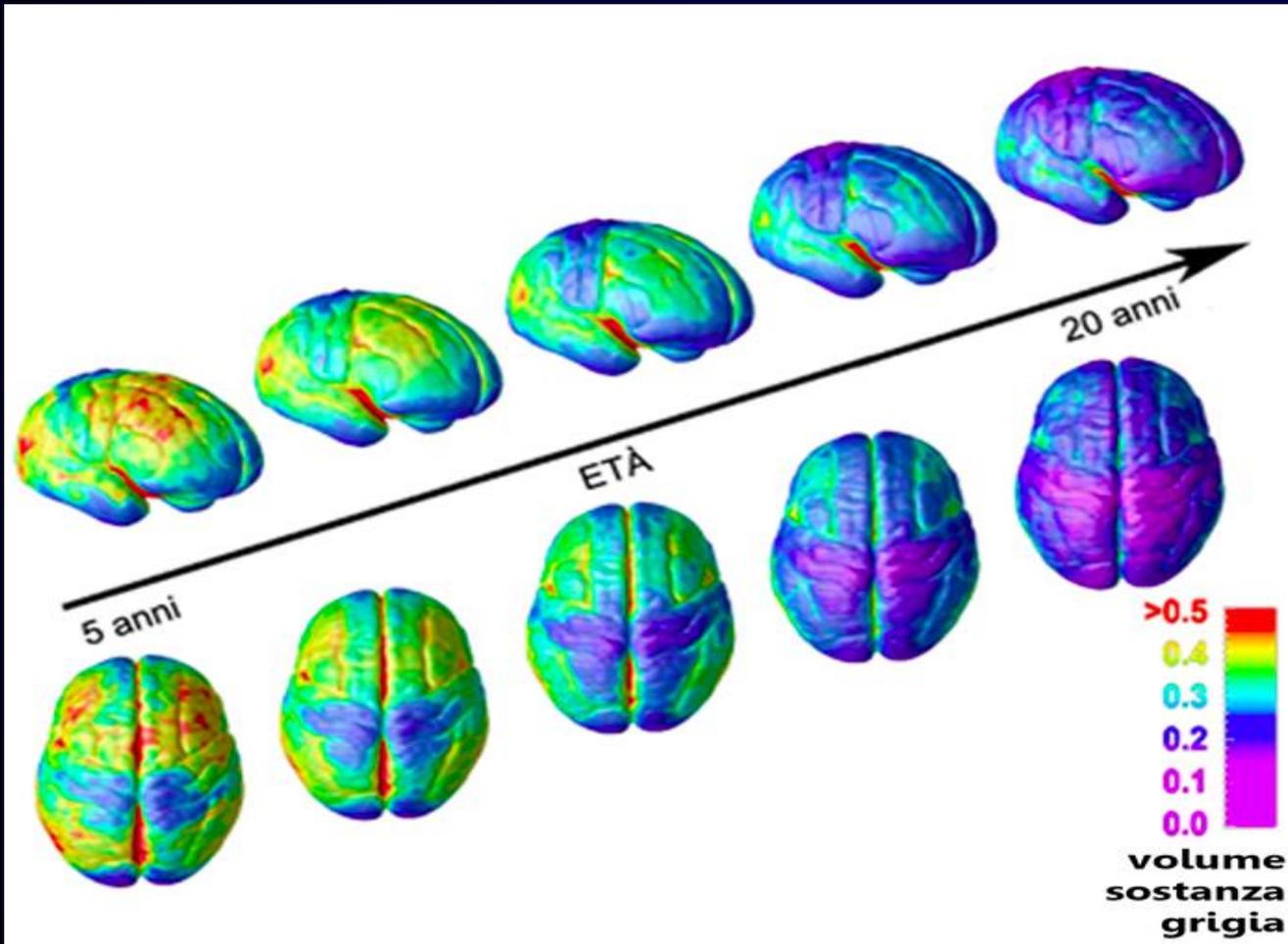


## Trasformazioni del cervello : sinaptogenesi e “pruning”

Dopo quello dei primi anni di vita, infatti, all’inizio dell’adolescenza si ha un nuovo periodo di sviluppo sinaptico ( collegamenti che mettono in comunicazione fra loro fra le cellule nervose ) per cui la sostanza grigia del cervello aumenta.

Inoltre le sinapsi della corteccia cerebrale non utilizzate vengono eliminate per rafforzare quelle più utilizzate ( darwinismo neurale).

# Impulsività : evoluzione cerebrale dai 5 ai 20 anni



Le **regioni** del cervello legate alla elaborazione delle **emozioni** si **sviluppano** **prima** di quelle deputate all'**autocontrollo** ( PFC ).



## 2. Trasformazioni psicologiche

Nell'infanzia la cosa più importante per il benessere emotivo è che vengano appagati i bisogni di attaccamento .

I cuccioli degli umani , anche dopo la nascita, sono ancora immaturi e la loro sopravvivenza dipende quindi da una prolungata fase di contatto, accudimento e dipendenza dalla madre fonte, insieme, di nutrimento fisico e psico-affettivo → profonda nostalgia mai superata del tutto .



## Tipologie di attaccamento e sviluppo psicologico

Dopo il trauma della nascita il **successivo sviluppo** evolutivo del bambino è **fortemente condizionato dalle** caratteristiche che assume la **relazione di attaccamento madre-bambino** .



## L'attaccamento sicuro

Una madre responsiva e sensibile ai bisogni del proprio bambino , cioè in grado di intuire i bisogni del bambino ( es. i motivi per cui piange : fame , paura , bisogno di essere cambiato .... ) costruirà un legame sicuro ed il bambino sarà tranquillo ( sa che c'è un adulto che si prende cura dei suoi bisogni ) .



Ciò permetterà al bambino, diventando più grande, di poter **esplorare il mondo e allontanarsi** anche dalla sua figura di attaccamento , perchè sa di poter tornare indietro, **perchè ha una base sicura** .



## L'attaccamento insicuro ansioso-ambivalente

A volte però questo processo non funziona così bene e ciò accade quando **il genitore** non è rifiutante ma imprevedibile : **a volte c'è ed a volte non c'è** .

Ciò genera nel **bambino** l'idea che , quando avrà bisogno, **non sa se ci sarà qualcuno che si prenderà cura di lui** .

A questo punto il bambino che non sa se il genitore arriverà o no sarà un bambino **ansioso e insicuro** e **attiverà** lui dei **comportamenti per richiamare il genitore** ( capricci, agitazione, ecc. ).



Che **modello di sè** stesso costruirà questo bambino ? Non quello di una persona sicura ma di una persona **vulnerabile** che è amabile in modo intermittente , che il più delle volte **non è amabile** ..... che l'amore va sempre conquistato , e perciò lui è **sempre a rischio di abbandono** .



## La radice della pianta

Queste ferite che ci portiamo dentro condizionano anche successivamente la nostra lettura del mondo adulto .

Generalmente in base a come abbiamo imparato a costruire i legami, andremo a sceglierci delle persone che ci richiamano qualcosa che già conosciamo .

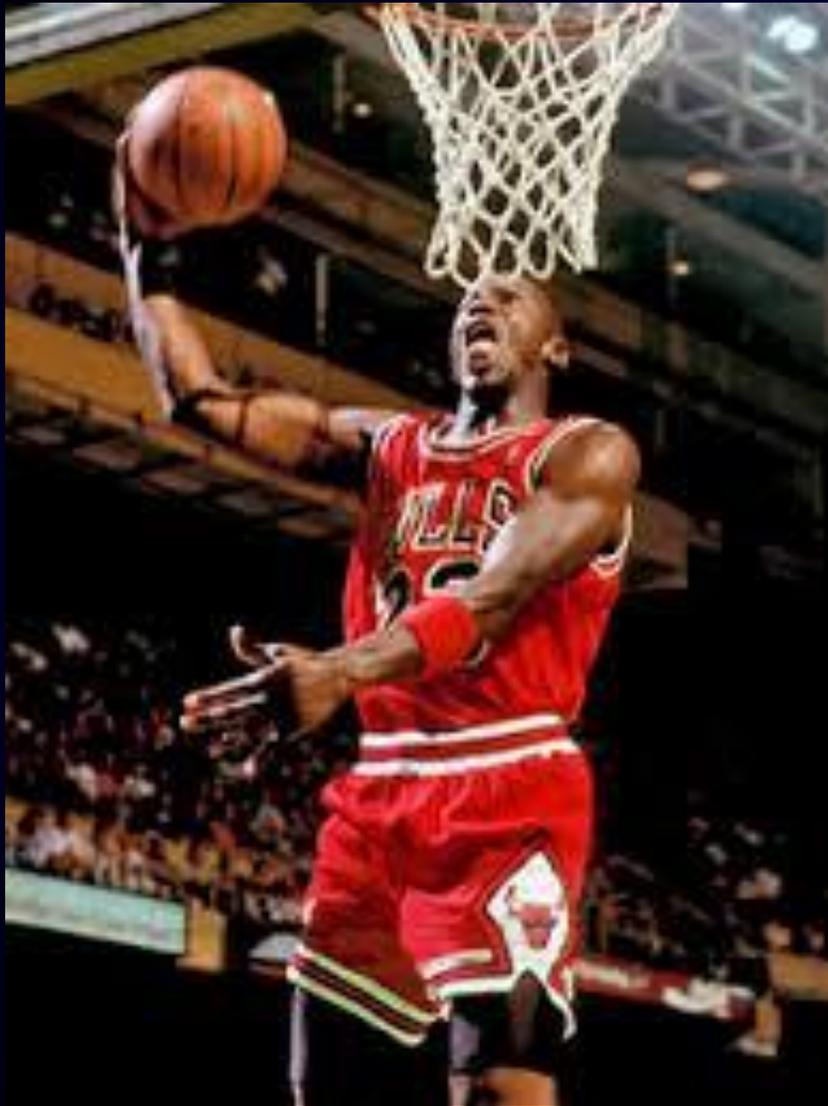


La mancanza di relazioni affettive stabili in grado di appagare il bisogno di attaccamento rende insoddisfatti e tende a creare la necessità di compensazioni che spesso sfociano in dipendenze .



## In adolescenza l'attaccamento sicuro non basta più

Ma anche quando l'attaccamento è stato sicuro, con la crescita però le cose si complicano . La **maturazione sessuale adolescenziale** determina infatti una vera e propria **rivoluzione nel nostro cervello** .



## L'attivazione Agonistica

Il **testosterone** risveglia infatti il **piacere della competizione e la ricerca del successo** ( i suoi recettori sono presenti in maggior numero nei maschi ).



## Esiti bio-psicologici del confronto agonistico

- Chi vince è pervaso da emozioni di trionfo, superiorità, disprezzo (alta DA)
- Chi perde è pervaso da emozioni di vergogna, tristezza, ansia, incapacità (deficit DA)



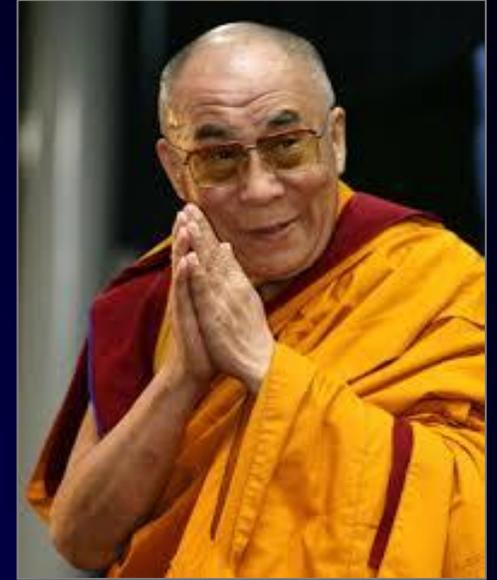
## Privazione e de-privazione



In altre parole l'adolescente, nel momento in cui diventa pubere, incomincia a volere essere primo fuori di casa.

Dentro casa il sistema dell'attaccamento lo ha accudito bene, forse anche troppo; lo ha sensibilizzato ad essere il principe del proprio regno. Quando va fuori c'è il trauma di dover riacquistare quel principato fuori: e qui si crea il problema . Se fallisce potrà decidere di usare alcol o droghe per alzare il livello di DA e di benessere .

## Ma l'effetto dei surrogati è solo temporaneo



Le droghe, l'alcol, il cibo, il sesso, il Gioco d'Azzardo infatti, stimolano il Cervello Limbico a produrre molta DA e gratificazione e quindi compensano carenze affettive o di affermazione sociale ( esperimento Morgan ) . Il sollievo è tuttavia solo temporaneo e l'insoddisfazione riaffiora, peggiorata dai danni dell'abuso.

# Ricerca di autonomia e fascino della trasgressione



Innamoramento  
sessualità

AUTONOMIA

Riti di passaggio

Trasgressione

Ad

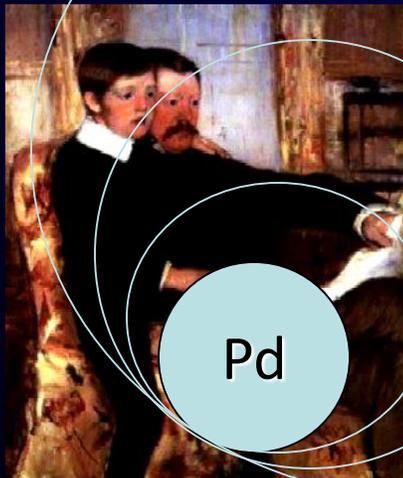
Attaccamento

Punizione

Colpa

Pd

Md





### 3. Trasformazioni sociali : lo scenario socio-culturale

Anche lo scenario socio-economico e culturale influenza la prospettiva di realizzazione personale dei giovani .

- La nostra epoca sta infatti vivendo una *crisi sociale antropologica* profonda *di cui i giovani sono i primi a sperimentare appieno gli effetti.*
- La crisi nasce dalla rottura della prospettiva ottimistica secondo cui *il "male" un giorno sarà sconfitto* che è alla base della nostra cultura .



## Il dispositivo teleologico del futuro come promessa

La nostra cultura è infatti centrata sull'aspettativa più o meno consapevole che:

- *la storia tenda verso un punto finale futuro migliore , di produzione di libertà, di progressiva emancipazione e di giustizia sociale*
- *le malattie saranno sconfitte dalla medicina,*
- *la società è avviata verso un progressivo miglioramento delle condizioni economiche e la fine della fame e della povertà*



## La rottura del paradigma

La generazione attuale sta invece vivendo la rottura di questo dispositivo: non crede più che il futuro sarà un mondo perfetto, un paradiso in terra e che i figli staranno meglio dei loro genitori .

Tutto ciò può favorire il “buttare la spugna” e cercare la gratificazione individuale nell’alcol o nelle sostanze.



## Trasformazioni Socio-relazionali

Acquisizione ruoli, competenze e spazi relazionali più autonomi preclusi ai bambini:

- guida scooter;
- accesso a feste, discoteche
- rapporti con l'altro sesso;
- gestione denaro
- appartenenza a G con regole e rituali i



## Pressioni del Gruppo dei pari



Anche le pressioni del gruppo dei pari ( desiderio di essere apprezzato dal gruppo, di “essere all’altezza”, alla moda, bisogno di superare la timidezza, la noia, ecc. ) può condizionare il ricorso all’abuso di alcol o droghe.

Naturalmente , più una persona ha sperimentato nell’infanzia una relazione di **attaccamento sicuro** e poi dall’adolescenza una **realizzazione** nelle attività sociali ( **sport, scuola, competizione per il partner, ecc.** ) , **meno** sarà **influenzabile** da eventuali pressioni del gruppo



## Prevenzione : dove farla ?

I contesti più significativi in cui fare prevenzione sono :

- da una parte, **la scuola**, le associazioni sportive , scout, gli oratori **e tutte le realtà di aggregazione giovanile**
- dall'altra **la famiglia**



## Come fare Prevenzione nei contesti di aggregazione giovanile ?

Attraverso interventi che :

- promuovano il protagonismo giovanile e il senso di condivisione e appartenenza
- canalizzino il bisogno di appagamento agonistico verso obiettivi sani ( sport di squadra , musica, teatro, interessi culturali ),
- evitino il bullismo
- dotino i giovani di Life-skill
- interventi informativi sui rischi (?) che connotino l'abuso come disvalore

# Le abilità per la vita - life skills



Auto-consapevolezza

Gestione delle emozioni

Gestione dello stress

Senso critico

Prendere decisioni

Risolvere problemi

Creatività

Comunicazione efficace

Empatia

Interagire e relazionarsi con gli altri in modo positivo



**La prevenzione in famiglia :  
Il difficile mestiere del genitore**  
( non esistono facili ricette ! )



Cosa i genitori possono fare per aiutare i propri figli ad evitare questi rischi ?

« Compito dei genitori è donare due cose ai figli: le radici e le ali ».

*( Proverbio del Québec )*

## Nell'infanzia



Cercare, per quanto possibile, di **garantire** al proprio figlio un **attaccamento sicuro** ed un clima familiare affettivo e stabile che gli consenta di interiorizzare un'immagine di sè positiva e di costruire una buona autostima ( **evitando l'iperprotezione** → trauma nel distacco )



## In adolescenza

Accompagnare il processo di distacco dall'ambiente familiare e la costruzione dell'autonomia cercando di aiutare l'adolescente nel difficile compito di conciliare :

- la ricerca del successo ( appagamento agonistico, sport, scuola, affetti..)
- con il bisogno di approvazione sociale ( appagamento attaccamento )



## Il difficile dialogo con gli adolescenti

Costruire le condizioni di **dialogo** che consentano ai genitori di supportare i figli adolescenti in questo processo evolutivo può risultare **ostacolato dalla** nascente **esigenza di autonomia** e dal conseguente **fascino che la trasgressione** esercita sugli adolescenti .



La paura dei rischi **non** deve spingerci a desiderare **adolescenti** “**conformisti**” e **troppo ubbidienti** ( anche la mancata individuazione è un rischio! ) **ma protagonisti** delle proprie scelte e della propria vita ( autos - nomos ) in grado di perseguire la realizzazione della propria “*vocazione*” ( *l’e-duco, di Socratica memoria* ).



Atteggiamenti acriticamente autoritari “non pagano. L’adolescente è infatti sensibilissimo a modalità di relazione infantilizzanti e lotta per affermare la sua libertà di scegliere come vuole vivere.

Mostrare **rispetto per le idee degli adolescenti** li aiuta a costruire rispetto di se’ e senso di responsabilità’.

**Gli adolescenti non ascoltati prima esplodono in un rabbioso risentimento** poi si chiudono nel silenzio e interrompono il rapporto con i genitori.

## 3 cose importanti da ricordare



Ricordiamoci che :

1) la rabbia (come il pianto) e' l'espressione di una sofferenza prima che un atto aggressivo contro di noi ( i due diversi stili di comportamento sono appresi nelle famiglie d'origine: in alcune per avere attenzione bisogna urlare, in altre la rabbia non e' tollerata e l'attenzione si ottiene con l'isolamento).

2) gran parte della reazione che produciamo non dipende da ciò che diciamo ma da come lo diciamo ( per es. un tono rimproverante da genitore a bambino favorisce una regressione e aumenta la reattività difensiva dell' altro ).

3) se vogliamo che il nostro interlocutore ci dica la verità dobbiamo fare in modo che si senta in grado di poterla dire in condizioni di non giudizio.



## Suggerimenti per i Genitori



- **Stare vicini ai figli sin da piccoli**
- **Parlare di tutto ( sesso, affetti, alcol, droghe) e ascoltare con pazienza**
- **Mantenere una coerenza nella comunicazione genitoriale**
- **Esprimere con chiarezza ciò che si ritiene giusto e sbagliato ( tutte le sostanze psicoattive fanno male !)**
- **Esprimere stima e apprezzamento per I figli**

## Segnali che devono indurre a chiedere aiuto



- Cambiamento improvviso del comportamento
- **alterazioni sonno,**
- alterazioni dell'appetito
- **aumento ingiustificato delle richieste di denaro,**
- calo del rendimento scolastico
- **sbalzi d'umore** ( irritabile e scontroso prima e poi felice e vivace )
- Isolamento dagli altri membri della famiglia
- **noncuranza per l'igiene personale**
- perdita d'interesse in hobby, sport e altre attività favorite
- **occhi arrossati , pupille anormalmente dilatate o miotiche**
- naso che gocciola costantemente, ecc.

## Per eventuali ulteriori chiarimenti

Telefono : 347 0700576

Mail: [posta.vincenzo.marino@gmail.com](mailto:posta.vincenzo.marino@gmail.com)

Studio : Via Piave , 3 - Varese



**Grazie per l'attenzione !**



**Vincenzo Marino**

Medico Psicoterapeuta

Specialista in psicologia Medica - Psichiatria