



Osservatorio sulle Dipendenze
e sui disturbi psichici sotto soglia



BACKGROUND:

Data l'importanza epidemiologica del fenomeno dell'uso di sostanze e delle dipendenze comportamentali, è fondamentale sensibilizzare e informare sui rischi associati all'assunzione di questi prodotti e comportamenti.

Dal rapporto ESPAD 2023 si evince infatti che il 34% degli studenti tra i 15 e i 19 anni ha provato cannabis almeno una volta nella vita e il 24% degli studenti che hanno consumato cannabis nell'ultimo anno è risultato avere un profilo "a rischio". Inoltre, il report EUDA del 2024 colloca i giovani italiani al primo posto in Europa per consumo di cannabis: l'8,6% degli adolescenti tra i 15 e i 16 anni ne fa un uso abituale, determinando un rilevante fattore di rischio per l'insorgenza di disturbi psichiatrici e di altri disturbi di rilevanza medica.

Accanto a questo, si registra un preoccupante aumento dell'accessibilità e utilizzo di nuove sostanze psicoattive, così come delle dipendenze comportamentali, tra cui spiccano il gioco d'azzardo online, il gaming compulsivo e la dipendenza da social media.

OBIETTIVI:

Il progetto In-Dipendenza, avviato dagli operatori dell'Associazione Osservatorio sulle Dipendenze ETS in collaborazione con l'OMCeO di Roma e promosso da CISCOD e CONAPEFS, nell'ambito del progetto finanziato da Sport e Salute, diffonde un articolato insieme di interventi con studenti, atleti, genitori, insegnanti ed allenatori, nelle scuole medie, superiori e nei circoli sportivi.

Le finalità sono:

- prevenire e la riduzione dei comportamenti a rischio legati al consumo di sostanze psicoattive e ad altre forme di dipendenza tra i giovani, attraverso attività di sensibilizzazione e promozione di stili di vita sani;
- aumentare le conoscenze, la consapevolezza e le risorse individuali su temi legati alla dipendenza, con attenzione ai meccanismi di gratificazione, regolazione affettiva, gestione del tempo libero e sviluppo delle competenze relazionali;
- offrire agli adulti di riferimento strumenti per il riconoscimento precoce dei segnali di disagio e per la gestione delle problematiche connesse alle dipendenze e alle dinamiche familiari;
- individuare e orientare persone con disagio psichico verso percorsi specifici di aiuto.

METODOLOGIA E STRUMENTI DELL'INTERVENTO:

Il progetto adotta un approccio di peer education misto, caratterizzato dalla collaborazione tra adulti esperti e peer educator, mettendo l'adolescente al centro del processo.

L'intervento si articola lungo l'intero anno scolastico/sportivo nelle seguenti fasi:

- analisi della domanda e del profilo di comunità, per comprendere il fenomeno delle dipendenze nel contesto locale;
- attivazione delle risorse attraverso incontri formativi in plenaria con gli studenti, e selezione partecipata dei peer educator;



Osservatorio sulle Dipendenze
e sui disturbi psichici sotto soglia



- organizzazione di laboratori co-costruiti fra esperti e peer, per la costruzione delle conoscenze ed il rafforzamento delle competenze relazionali, utilizzando il role playing e un approccio interattivo;
- restituzione del contenuto dei laboratori da parte dei peer al resto della classe o gruppo sportivo;
- organizzazione di incontri formativi per genitori e insegnanti/allenatori;
- restituzione durante la sessione plenaria degli elaborati prodotti nei laboratori (presentazioni con slide, video, sculture, etc.).

La formazione dei peer tiene conto delle preferenze e competenze individuali, al fine di attivare un senso di autoefficacia, agentività e stimolare la sintonizzazione affettiva.

La valutazione dell'efficacia dell'intervento si basa sia sulle conoscenze apprese, sia sul livello di gradimento dell'intervento, ed è effettuata tramite la somministrazione di questionari ex-ante ed ex-post.

RISULTATI:

Il progetto, diffuso gratuitamente, ha raggiunto:

- . 3 istituti scolastici
- . 8 circoli sportivi

Durante l'anno scolastico e sportivo 2024-2025, è stato raccolto un campione complessivo di 604 risposte ai questionari - 302 somministrati all'inizio della campagna e 302 al termine, rivolti a studenti e atleti tra gli 11 e i 18 anni.

Il 77,4% dei partecipanti ha dichiarato di non aver mai preso parte in precedenza a programmi di prevenzione specifici sulle dipendenze.

Di seguito sono riportati i grafici delle risposte ex-ante ed ex-post per un insieme selezionato di quesiti.

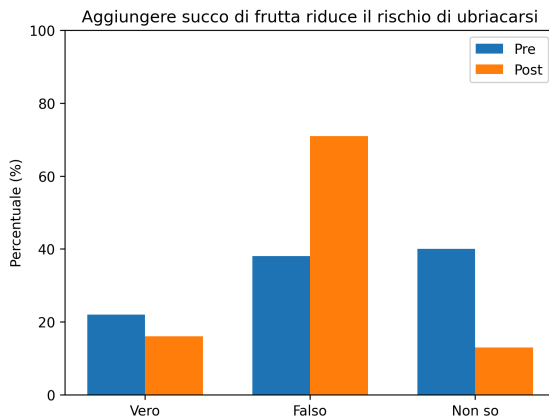
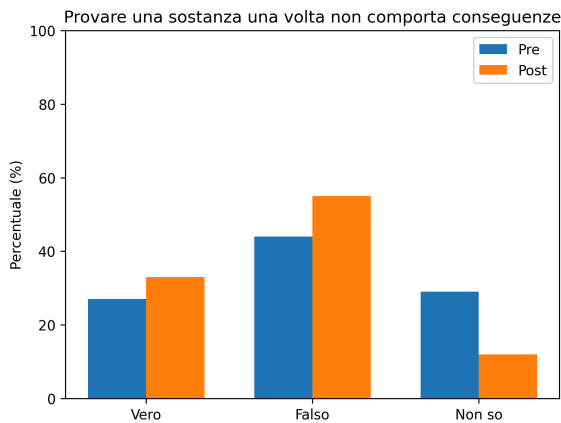
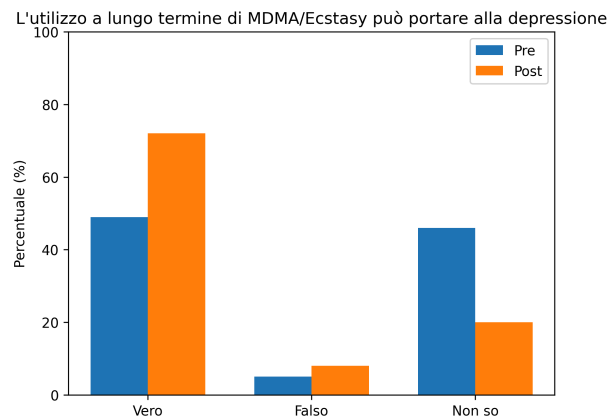
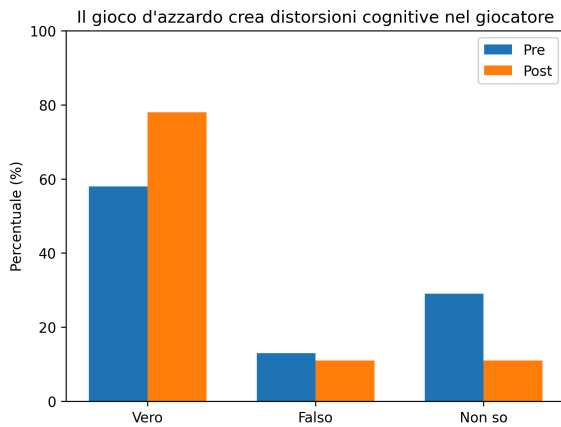
Altri dati rilevanti, inoltre, sono:

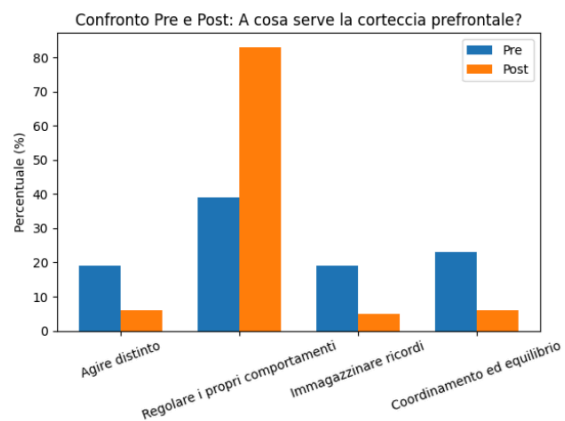
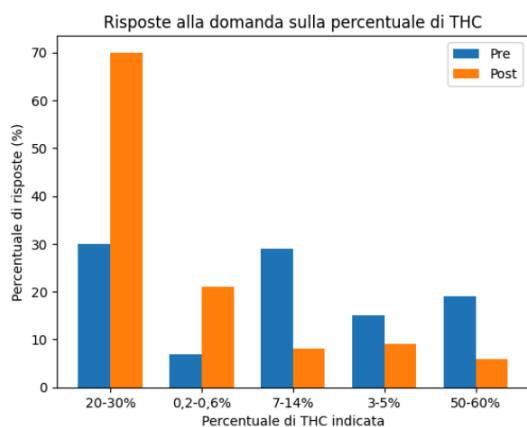
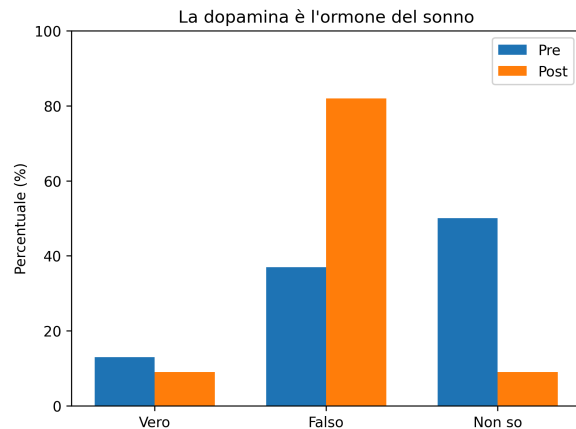
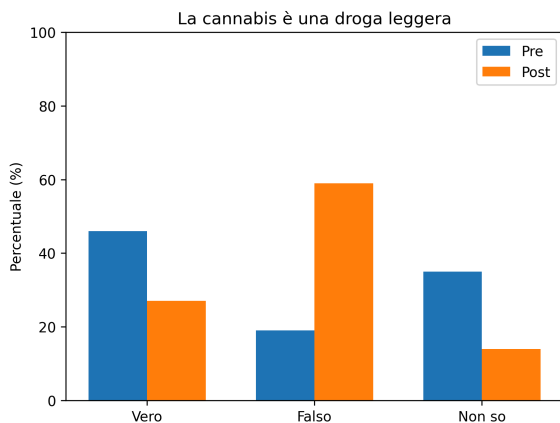
- il 48% ha sentito parlare di persone che hanno avuto problemi di salute causati dalle sigarette elettroniche;
- al quesito "Pensi che le sigarette elettroniche possano mantenere o peggiorare la dipendenza da nicotina?", da un 60% risposte "Vero" nel pre, si passa ad un 80% nel post;
- c'è un miglioramento nell'individuazione di tutti gli effetti a breve e lungo termine del THC, nonché un aumento dal 73% al 90% della corretta identificazione dell'età di maturazione del cervello;
- gli studenti/atleti presentano una costanza nella risposta pre e post per quanto riguarda la percezione che lo smartphone crei dipendenza;
- passano dal 42% al 65% per la corretta definizione dell'unità alcolica;
- il 91% ha apprezzato il fatto che siano stati gli adolescenti i protagonisti stessi dell'intero processo, in particolare durante l'esposizione ai propri compagni;
- l'84% dichiara di aver ricevuto un nuovo punto di vista sulle dipendenze;

- l'82% riferisce una maggiore consapevolezza sugli effetti e il funzionamento delle sostanze.

Dall'analisi dei commenti finali sono emerse tre macro-aree ricorrenti:

- valore attribuito alla peer education;
- consapevolezza del livello di disinformazione diffusa;
- riconoscimento precoce del disagio, in sé stessi e nei coetanei.





CONCLUSIONI:

Il progetto In-Dipendenza che utilizza la peer-education di tipo misto si conferma un'efficace metodologia di prevenzione primaria, capace di attivare i giovani come protagonisti consapevoli. Gli studenti/atleti hanno mostrato alta partecipazione ed entusiasmo, un aumento del livello delle conoscenze, e una diffusione spontanea dei contenuti al di fuori del contesto scolastico.

È importante tenere conto di alcune potenziali limitazioni:

- difficoltà a stimolare consapevolezza sul gioco d'azzardo (percezione più ludica, assenza di conseguenze visibili immediate, distorsioni cognitive radicate);
- rischio sottovalutato dell'alcol (normalizzazione culturale, facile accesso, messaggi ambigui dagli adulti, che spesso in casa invitano a consumarlo);
- strategia frammentata per la gestione degli smartphone (incoerenza tra divieti formali e uso quotidiano di dispositivi anche da parte della scuola e degli adulti);
- partecipazione limitata di genitori, docenti e allenatori (incontri poco frequentati, necessità di nuove modalità di ingaggio).