

Strategie d'intervento nel disagio giovanile

Dott. Calogero Lo Destro
Dott.ssa Corinna Gasparini

Istituto Medicina e Scienza dello Sport
Coni Roma
Sapienza Università di Roma

Terni, 21 Novembre 2015

Di cosa parleremo oggi...

- Il Disagio Giovanile
 - Cos'è e da cosa si origina
 - Un modello di riferimento
 - Fattori di rischio e di protezione
 - Manifestazioni di disagio
- Strategie di intervento
 - Sport come prevenzione
 - Sport e disagio
 - Tipi di intervento

Salute Mentale (OMS)

“stato completo di benessere fisico, mentale e sociale”

“stato di benessere emotivo e psicologico nel quale l'individuo è in grado di sfruttare le sue capacità cognitive o emozionali, esercitare la propria funzione all'interno della società, rispondere alle esigenze quotidiane della vita di ogni giorno, stabilire relazioni soddisfacenti e mature con gli altri, partecipare costruttivamente ai mutamenti dell'ambiente, adattarsi alle condizioni esterne e ai conflitti interni”

Modello Bio-Psico-Sociale (OMS)



Statistiche (OMS, 2005)

- 1 adolescente su 5 ha difficoltà comportamentali, cognitive ed emozionali
- 1 adolescente su 8 presenta un disturbo mentale (es. disturbi d'ansia, disturbi depressivi, disturbi alimentari, disturbi pervasivi dello sviluppo, ritardo mentale)

Cos'è il *Disagio giovanile*

- si considera una condizione psicologica legata soprattutto a percezioni soggettive di malessere. Il disagio si “*sente*”, ma non è detto che si “*veda*”.
- può essere inteso come una domanda, non ancora patologica, ma psicologica o affettiva, che include le difficoltà familiari, di relazione, o scolastiche, all'interno del più generale malessere esistenziale connesso agli squilibri che il processo di costruzione dell'identità produce.

Lo distinguiamo da...

Disadattamento → un problema di alterazioni comportamentali che si esprime in una relazione disturbata con uno specifico ambiente.

Devianza → attiene alle trasgressioni di norme con una gravità o provocatorietà tale da determinare una definizione di stigma sociale.

Quindi....

Durante la crescita il PROCESSO DI ADATTAMENTO si attua quando il giovane è capace di gestire il disagio psicologico, fisiologico, comportamentale ed evolutivo.

La sua efficacia dipende da:

- Comprensione adeguata delle situazioni problema
- Acquisizione di competenze evolutive adeguate all'età

Origini del disagio giovanile

- Precoci esperienze affettive e relazionali.
- Un equilibrato sviluppo psicologico richiede che il giovane attivi gradualmente alcune nuove capacità definite *compiti evolutivi*.

Compiti evolutivi:

- Regolazione degli affetti (dalla nascita)
- Sviluppo dell'attaccamento (dalla nascita)
- Autonomia e sviluppo del se' (II anno di vita)
- Relazioni amicali (età prescolare)
- Adattamento scolastico (età scolare)

Modello

Psicopatologia dello sviluppo

(Cicchetti, Sroufe, Sameroff, & Emde)

1. Principio di relazione: disagio in relazione a qualcosa e/o qualcuno
2. Principi di multifinalità (unico evento non necessariamente stesso esito) ed equifinalità (eventi differenti all'origine di un medesimo esito)

Modello

Psicopatologia dello sviluppo

(Cicchetti, Sroufe, Sameroff, & Emde)

3. Principio di continuità:
 - tra infanzia e condizione adulta
 - tra normalità e patologia

4. Fattori di rischio e Fattori di protezione
(transitori vs duraturi)

Fattori di rischio

- *Costituzionali* (es. malattie organiche)
- *Legati allo sviluppo delle abilità* (abilità cognitive)
- *Legati alla sfera emotiva* (difficoltà espressione emotiva)
- *Familiari* (basso status socio-economico)
- *Interpersonali* (rifiuto da parte dei pari)
- *Scolastici* (scarso rendimento scolastico)
- *Ambientali* (quartiere disagiato, discriminazioni)

Fattori di Protezione

Agiscono sui fattori di rischio e sulla loro insorgenza, promuovendo la resistenza ad essi e ostacolando l'insorgere del disturbo.

Ad esempio:

- legami familiari forti e positivi;
- stile coerente ed attento dei genitori;
- abilità relazionali (comunicative, empatia);
- fattori di resilienza individuali (autoefficacia, tolleranza alla frustrazione, abilità di coping);
- contesto scolastico favorevole (per l'apprendimento, successo)

Come si può esprimere un disagio?

- **forma emotiva:** segnali di stati d'ansia, cambiamenti di umore, irrequietezza che possono poi diventare veri e propri sintomi, quali disturbi psicosomatici, dell'alimentazione, del sonno o altro.

Come si può esprimere un disagio?

- **forma comportamentale:** quando il disagio si manifesta con l'azione.

Frequenti, anche in bambini molto piccoli, intorno ai due/tre anni, quando ha inizio per loro l'acquisizione e l'interiorizzazione delle regole e delle norme della vita sociale.

Manifestazioni di disagio:

Esempi 1/3

- **Angoscia:** paura di un pericolo imminente ed impreciso che si accompagna a reazioni neurovegetative (ansie, fobie sociali)
- **Umore depresso:** legato a processi di separazione, rottura dei legami e perdita
- **Abuso sostanze:** abuso alcool e droghe che può rispondere al bisogno di affermazione e sperimentazione di sé (nuovi stati di coscienza, sensazione fisiche ed emozioni)

Manifestazioni di disagio: Esempi 2/3

- **Difficoltà alimentari:** (es. forti restrizioni alimentari, iper-alimentazione) possono rispondere alla necessità di mascherare problemi di adattamento interni e/o esterni
- **Fughe e vagabondaggi:** esprimono la rottura dell'adolescente con il contesto familiare o istituzionale
- **Furto:** condotta delinquenziale più frequente in ambienti disagiati che talvolta può manifestarsi in forma di gruppo

Manifestazioni di disagio:

Esempi 3/3

- **Condotte aggressive:** etero-aggressive (contro persone o beni); auto-aggressive (auto-mutilazioni, tentativi di suicidio)
- **Precocità sessuale e/o prostituzione:** atteggiamenti sessuali espliciti fin dalla pre-pubertà; attività sessuali in cambio di denaro o beni materiali.
- **Disturbi del sonno:** insonnia (incapacità di addormentarsi anche se stanchi), ipersonnia (eccessiva sonnolenza diurna, difficoltà di concentrazione)

Differenze di età

- Infanzia → comportamenti atipici possono essere sintomatici di un disagio/disturbo e sono sempre degni di attenzione.
- Adolescenza → Comportamenti “trasgressivi” possono essere dovuti ad una messa in discussione delle regole educative e sociali. E' importante quindi distinguere tra l'espressione di un desiderio di crescita e di maggiore autonomia, da un segnale di disagio individuale, familiare o sociale.

Differenze di genere

- Femmine:

Tendenza a mostrare più comportamenti internalizzanti (es. ansia, depressione)

- Maschi:

Tendenza a mostrare più comportamenti esternalizzanti (es. condotte aggressive manifeste)

Responsabili della prevenzione

Diverse sono le istituzioni preposte alla realizzazione di azioni di prevenzione del disagio:

1. famiglia
2. scuola
3. servizi sanitari e sociali
4. comunità sportiva

rete di relazioni convergenti e complementari

La famiglia

- Fornire modelli adulti di riferimento;
- Individuare i segnali premonitori d'esordio del disagio (a volte utilizzati dal bambino come metodo comunicativo);
- Il coinvolgimento del contesto familiare (es. potenziare fattori protettivi) aumenta la probabilità di riuscita di un intervento.

La scuola

- Creare un contesto di apprendimento motivante;
- Proporre compiti proporzionali alle capacità;
- Promuovere un clima positivo in classe;
- Organizzare attività (es. teatrali, di disegno e di musica) per valorizzare abilità trasversali (es. socio-emotive).