

Fattori di rischio e di protezione

Perché i fattori di rischio e di protezione personali e del contesto di vita sono importanti per l'individuo?

In che senso "l'intelligenza" potrebbe essere sia fattore di protezione che un fattore di rischio?

Che cosa significa "resilienza" ed essere resilienti?

Esistono una serie di fattori in grado di condizionare l'espressione dei comportamenti individuali. A seconda dell'azione di tali "fattori condizionanti", i comportamenti individuali possono orientarsi verso:

- comportamenti a rischio: sono l'insieme delle variabili che aumentano la possibilità di utilizzo di sostanze o comportamenti legati alla dipendenza
- comportamenti preventivi: sono l'insieme delle variabili e delle caratteristiche della persona e del suo contesto in grado di limitare il coinvolgimento delle persone nel rischio

La conoscenza di questi fattori è utile per poter meglio interpretare le dinamiche di espressione comportamentale poichè mette in evidenza i fattori condizionanti che agiscono sull'individuo nel corso delle varie fasi della sua vita e della sua crescita con effetti diversificati che dipendono sia dal contesto in cui il soggetto vive sia dalle caratteristiche personali ed intrinseche del soggetto stesso.

A seconda della loro presenza o assenza, della tipologia di espressione o manifestazione e soprattutto della reciproca interazione, si possono creare diverse condizioni in grado di articolare il comportamento espresso dal soggetto. Le sostanze, infatti, possono indurre dipendenza in diversi modi e possono dare effetti diversamente percepiti come gratificanti e/o funzionali dal soggetto in relazione ai suoi bisogni, alle sue aspettative e alle sue condizioni psichiche e alla sua indole.

E' opportuno, comunque, ricordare che la maggior parte degli individui a rischio d'uso di droghe non inizia sempre a fare uso di droghe, o non sviluppa sempre dipendenza, e che ciò che può costituire un fattore di rischio per un soggetto può non costituirlo per un altro in quanto tale fattore potrebbe essere mitigato o soppresso, nella sua azione negativa, dalla presenza di fattori protettivi come, ad esempio, l'influenza positiva genitoriale e viceversa. Infatti, persone con uguali fattori di rischio individuali possono avere destini diversi in relazione alla presenza di diversi fattori protettivi familiari e/o ambientali.

Per questa ragione l'intelligenza può trasformarsi da fattore di protezione a fattore di rischio. Siamo abituati ad associare l'intelligenza con la diligenza nello studio, le buone abitudini e la morale ineccepibile. Se pensiamo ad una persona intelligente, probabilmente immaginiamo uno scienziato in un laboratorio, o uno studente diligente in una libreria intento a studiare con dedizione o in conversazioni ad alto contenuto intellettuale.

Tuttavia, una serie di studi è arrivata alla conclusione che l'intelligenza è altamente correlata a molte cattive abitudini.

Le persone con il quoziente intellettivo più alto sono quelle che fanno le ore piccole, sono più inclini a cedere ai vizi come droga, fumo ed alcool, sono disordinate, tradiscono più spesso e mentono e più facilmente delle altre.

Si potrebbe pensare che più si è intelligenti, più si è consapevoli dei pericoli delle droghe, e di conseguenza si tenda ad evitarle. In realtà non è così. Le abitudini autodistruttive, come l'uso di droghe, non sono correlate ad un basso QI questo perché l'intelligenza è strettamente connessa alla curiosità. Infatti, i ricercatori dell'University of Toronto and Mount Sinai hanno scoperto che una proteina, presente nel cervello, controlla entrambi i tratti ed alcuni ricercatori britannici hanno scoperto che le persone molto curiose, rispetto alla media, fanno più facilmente uso di droghe.

Ritengo che, al di là della curiosità, un'altra ragione che potrebbe contribuire a trasformare l'intelligenza in fattore di rischio, è la troppa confidenza e fiducia in se stessi. Chi è più intelligente, di solito, pensa di potersi controllare e che non cederebbe alla dipendenza fisiologica.

Un'altra qualità che, secondo me, potrebbe costituire un fattore di protezione o di recupero personale è la resilienza.

Resilienza è un termine che ha preso campo nel linguaggio comune piuttosto recentemente. La prima volta in cui ne ho sentito parlare è stata leggendo un intervento del Presidente della Soka Gakkai dedicato all'importanza del dialogo tra giovani di diverse nazionalità.

Il termine viene utilizzato in diversi campi dalla Fisica, alla Psicologia, all'Informatica, per indicare, in generale, un qualcosa che riesce ad adattarsi ai cambiamenti.

Deriva dal verbo latino *resilio*, che significa rimbalzare, saltare indietro. E per estensione indica, in generale, l'essere resistenti e forti alla rottura, la capacità di affrontare le avversità e superare i problemi.

È un termine che appartiene originariamente alla metallurgia, e identifica la capacità dei materiali di resistere agli urti senza spezzarsi, raggiungendo una tensione capace di deformare in modo permanente il materiale. Negli esami di laboratorio la resilienza viene valutata generalmente attraverso la prova di Charpy, e si misura l'energia necessaria per rompere, con un solo colpo, il provino del materiale preso in esame.

Come accennato in precedenza, il termine è stato poi esteso in altri campi, in particolare alla Psicologia.

Una persona resiliente è un individuo capace di affrontare gli eventi traumatici in modo positivo, riprendere in mano la propria vita senza farsi annientare dal dolore e senza alienare la propria identità.

In poche parole, le persone resilienti sono in grado di dare uno slancio positivo alla propria vita, raggiungendo mete importanti, nonostante circostanze avverse. Se invece applichiamo il termine resilienza ad un'intera comunità, esso indica la capacità di un gruppo sociale di affrontare in modo positivo eventi traumatici o catastrofi naturali, adottando linee guida che consentano la sopravvivenza della comunità.

La scienza si è interrogata a lungo sui fattori che consentono di sviluppare resilienza e ha identificato alcune caratteristiche, individuali e ambientali: senso di autonomia, autocontrollo, fiducia nelle proprie risorse, capacità di focalizzarsi sulle emozioni positive, ottimismo, qualità delle relazioni, supporto dall'ambiente familiare e sociale. Queste capacità non sono per forza innate: chiunque ha la possibilità di svilupparle nel corso della sua vita e proprio per questo sono stati ideati diversi percorsi di training che consentono lo sviluppo della resilienza al massimo livello possibile.

Fonti:

<http://www.politicheantidroga.gov.it/it/>

<https://www.crk.umn.edu/units/alcohol-tobacco-and-other-drugs>

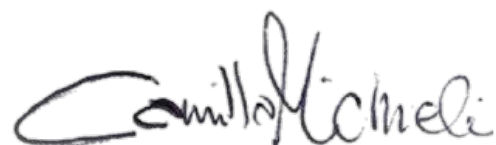
<http://www.lmp.utoronto.ca>

[https://m4.ti.ch/fileadmin/DSS/DSP/UMC/medicina_scolastica/dipendenze/Fattori di rischio e fattori protettivi nel consumo di sostanze in adolescenza.pdf](https://m4.ti.ch/fileadmin/DSS/DSP/UMC/medicina_scolastica/dipendenze/Fattori_di_rischio_e_fattori_protettivi_nel_consumo_di_sostanze_in_adolescenza.pdf)

<https://www.sgi-italia.org/appello-resilienza-speranza/>

<https://www.garzantilinguistica.it/ricerca/>

<https://www.riza.it/psicologia/tu/6772/la-resilienza-e-la-forza-delle-persone.html>

A handwritten signature in black ink, reading "Camillo Micheli". The signature is written in a cursive style with a large, sweeping initial 'C'.