



UNIVERSITÀ DEGLI STUDI DI PADOVA

Dipartimento di Psicologia dello Sviluppo e della Socializzazione
Dipartimento di Filosofia, Sociologia, Pedagogia e Psicologia Applicata

Corso di laurea in Scienze Psicologiche dello Sviluppo, della Personalità e
delle Relazioni Interpersonali

Elaborato finale

**L'USO DI SOSTANZE IN ADOLESCENZA: NUOVI RISCHI E
PROSPETTIVE A SEGUITO DELL'EMERGENZA COVID-19**

SUBSTANCE USE IN ADOLESCENCE: NEW RISKS AND PERSPECTIVES
FOLLOWING THE COVID-19 EMERGENCY

Relatore:

Prof. Vieno Alessio

Laureanda: Rinaldi Giulia

Matricola: 1222053

Anno Accademico: 2021-2022

INDICE

- I. INTRODUZIONE

- II. Capitolo 1: LA FASE ADOLESCENZIALE
 - 1.1: L'adolescenza e i principali compiti di sviluppo
 - 1.2 La predisposizione degli adolescenti all'uso di sostanze: i principali fattori di rischio
 - 1.3 La prospettiva del risk taking
 - 1.4 La conseguenza dell'uso di sostanze sul cervello adolescente

- III. Capitolo 2: AUMENTO DEL CONSUMO DI SOSTANZE DURANTE IL PERIODO PANDEMICO: UNA REVISIONE DEI DATI SCIENTIFICI
 - 2.1: Trend nel consumo di sostanze durante il periodo pandemico
 - 2.2: Analisi delle motivazioni alla base del consumo
 - 2.3: Contraddizioni e vantaggi: la pandemia come fattore protettivo rispetto all'uso di sostanze

- IV. Capitolo 3: CONCLUSIONE: NUOVE PROSPETTIVE DI INTERVENTO

- V. BIBLIOGRAFIA

- VI. RINGRAZIAMENTI

INTRODUZIONE

La pandemia del COVID-19, che ha coinvolto il mondo dal 2020, ha avuto un impatto importante sulla vita dell'intera popolazione e ne ha influenzato molteplici aspetti, tra i quali spicca per importanza quello relativo alla salute psicologica.

A richiedere una particolare attenzione per quanto concerne la tematica della salute mentale, in modo particolare a seguito dell'emergenza sanitaria, è la popolazione adolescenziale. I giovani, infatti, hanno dovuto gestire questa situazione carica di stress e portatrice di grandi cambiamenti, nello specifico relativi al proprio stile di vita, in un periodo già di per sé molto particolare, che è quello dell'adolescenza. In questa fase della vita, già di per sé molto dinamica, gli adolescenti si sono ritrovati ad affrontare "sfide" e compiti nuovi. In questo senso, nel periodo della diffusione del virus, i giovani hanno percepito un "sovraccarico" di compiti, e si sono per questo potuti sentire in difficoltà.

Queste ragioni permettono di comprendere quanto sia importante, a seguito del periodo di lockdown, porre il focus sui giovani. Proprio per questo, al centro di questa ricerca vi sono gli adolescenti e le modalità con cui hanno affrontato il lungo periodo dell'emergenza sanitaria.

Entrando più nello specifico dell'elaborato, viene affrontata dapprima la tematica della fase adolescenziale. L'obiettivo di questa prima parte è quello di riuscire ad identificare le specificità e di mettere in evidenza le caratteristiche e le difficoltà principali. L'attenzione rimane sempre orientata verso l'uso di sostanze, che è la tematica di interesse nonché filo conduttore della ricerca, alle motivazioni alla base e ai rischi connessi.

Nel capitolo centrale si affronta il tema del consumo di sostanze tra gli adolescenti, nello specifico durante la pandemia, considerandolo come un possibile meccanismo di coping, disadattivo, messo in atto dai giovani al fine di affrontare il periodo di lockdown. L'obiettivo è quello di comprendere come il consumo si sia modificato e quali siano state le motivazioni principali riportate dai giovani.

Infine, si rimarca la necessità di mettere in atto degli interventi, anche di tipo protettivo, efficaci e, soprattutto, adeguati e adattati ai nuovi bisogni e alle nuove prospettive emerse a seguito dell'emergenza COVID-19.

CAPITOLO 1

LA FASE ADOLESCENZIALE

1.1 L'ADOLESCENZA E I PRINCIPALI COMPITI DI SVILUPPO

L'adolescenza è un periodo complesso, ricco di cambiamenti, una fase caratterizzata da esperienze, novità e, per questo motivo, anche da sfide importanti.

Una ricerca focalizzata sulle problematiche che contraddistinguono la popolazione adolescenziale non può non descrivere, dapprima, le caratteristiche specifiche di questo periodo. Cercare di fornire una visione di insieme è importante in quanto consente di evidenziarne le peculiarità e le difficoltà tipiche, permettendo di mettere in luce le sfide che i giovani devono affrontare.

Nonostante la soggettività con la quale viene vissuta, infatti, riferita ad esempio alle tempistiche e alle modalità con cui viene affrontata, risulta possibile delineare un filo conduttore dei principali compiti evolutivi che caratterizzano questa fase.

È innanzitutto importante definirne l'inizio, che coincide in genere con l'arrivo della pubertà. In questo periodo si manifestano i primi cambiamenti, che riguardano in particolar modo il corpo. Si traducono, ad esempio, nella comparsa della peluria, nell'aumento di peso o, ancora, nella crescita improvvisa in altezza. Questi cambiamenti vengono spesso percepiti come inattesi e indesiderati in quanto si tratta, in generale, di modificazioni piuttosto improvvise. In questo senso, dunque, queste trasformazioni di tipo fisico possono avere delle ripercussioni a livello psicologico. Portano con sé, infatti, non poche insicurezze e fanno percepire agli adolescenti una certa perdita di controllo rispetto al proprio corpo. L'accettazione del "nuovo corpo" e il conseguente timore di non essere accettati, per questo, dai coetanei si caratterizzano dunque come alcune delle prime sfide che i giovani devono affrontare.

È facile immaginare come i cambiamenti relativi all'immagine corporea abbiano risonanza anche in altri aspetti della vita degli adolescenti. In particolare, una tematica delicata che si lega a questo ambito riguarda quello che viene definito il "concetto di sé", ovvero quell'insieme di caratteristiche utilizzate dagli individui nella definizione di sé. È

possibile ipotizzare come, in una fase così dinamica come quella dell'adolescenza, questo concetto entri in crisi e come i giovani, talvolta spaesati, possano riscontrare delle difficoltà a riconoscere chi sono veramente. Si tratta quindi del tema della costruzione dell'identità. Riuscire a ridefinirsi, nonostante l'instabilità pervasiva caratteristica di questa fase della vita, e a ricostruire un nuovo rapporto con il proprio sé si caratterizzano per essere alcuni dei compiti importanti della fase adolescenziale.

Nel modo in cui i giovani si definiscono e, di conseguenza, si valutano, è importante prendere in considerazione il ruolo ricoperto dal gruppo dei coetanei. I pari, infatti, sono un importante primo metro di confronto per gli adolescenti nelle loro valutazioni. In questo senso, la loro influenza ha non poco peso e riesce a condizionare il singolo nella costruzione della propria identità e nella stima di sé.

L'influenza dei coetanei non è limitata a questo ambito; ricoprono infatti un ruolo importante in quanto preziosa fonte di supporto, disponibilità e ascolto. Frequentare i pari e riuscire ad instaurare delle relazioni significative con loro è quindi un compito importante che deve essere superato.

Allo stesso tempo, la frequentazione dei gruppi può nascondere delle insidie, in particolare per la messa in atto di quelle che sono definite le "condotte a rischio", ovvero quell'insieme di comportamenti in grado di mettere a repentaglio la salute dell'individuo.

È facile immaginare come, in questa cornice di grandi cambiamenti e di sfide, possano inserirsi le prime insicurezze e i primi fallimenti. Sono proprio queste situazioni di grande vulnerabilità che, in assenza del giusto supporto, potrebbero favorire la messa in atto dei comportamenti a rischio. Tra questi preoccupa in modo particolare quello relativo al consumo di sostanze.

1.2 LA PREDISPOSIZIONE DEGLI ADOLESCENTI ALL'USO DI SOSTANZE: I PRINCIPALI FATTORI DI RISCHIO

Una delle tematiche di maggiore rilievo quando si tratta di adolescenti e di condotte a rischio è quella relativa all'uso di sostanze. Si tratta infatti di un evento indubbiamente

frequente in adolescenza, più che in altre fasi della vita, e che, per questo, è in grado di generare grande preoccupazione, soprattutto nei genitori.

È importante specificare che, quando si tratta del tema del consumo in adolescenza, non ci si limita a quelle situazioni di abitudine e dipendenza. Tra i giovani, infatti, è molto diffuso un consumo di tipo occasionale e, soprattutto, sociale. Per questo motivo, il fenomeno deve essere preso in considerazione con particolare attenzione.

I giovani sono spinti dalla curiosità, dalla ricerca di emozioni e di trasgressione, sono attratti dalle novità e, anche per questo, sono particolarmente sensibili all'uso di droga.

In adolescenza il contatto con quelle che sono le sostanze psicoattive è piuttosto facilitato.

La possibilità di reperire le sostanze è, infatti, per i giovani, abbastanza agevolata e, solitamente, avviene attraverso i coetanei o i conoscenti di età maggiore. La disponibilità della droga è dunque un elemento che indubbiamente facilita la messa in atto della condotta ma, allo stesso tempo, non è in grado di spiegare da sola la complessità di questo fenomeno. Per darne un quadro completo, infatti, risulta necessario indagare quali possano essere i principali fattori di rischio.

Come accennato precedentemente, l'uso di sostanze è un comportamento diffuso tra i giovani e, in parte, può essere ricondotto alla crescente curiosità e alla volontà di mettersi in gioco e di esplorare che li contraddistingue. Nella messa in atto di questi comportamenti rischiosi, infatti, i giovani sperimentano la possibilità di sfidare loro stessi e di mettere alla prova le loro capacità.

Rimanendo ad un livello sempre individuale, è poi importante considerare il ruolo che le vulnerabilità psicologiche, determinate ad esempio da eventi di vita stressanti, possono avere nel favorire la messa in atto dei comportamenti a rischio. Destano preoccupazione, nello specifico, quelle situazioni negative che possono essere causa di ansia e dolore, quali ad esempio lutti, divorzi e separazioni, oppure situazioni di precarietà e povertà e anche alcune condizioni psichiatriche, tra le quali la depressione (A. Palmonari, *Psicologia dell'adolescenza*, 2011, pg.350-352).

Considerando invece il contesto di vita degli adolescenti è poi necessario prendere atto dell'importanza che il ruolo della pressione sociale ricopre, in particolare nell'iniziazione all'uso di sostanze. Come già detto, i pari sono un importante oggetto di confronto e, per

questo motivo, gli adolescenti sono particolarmente sensibili al giudizio di amici e coetanei. I principali timori riguardano, ad esempio, la possibilità di essere rifiutati dal gruppo e, dunque, il desiderio di essere accettati. Per tali ragioni, nel momento in cui devono prendere una decisione, sono condizionati dalla pressione esercitata dai pari e, proprio per questo, sono maggiormente propensi a mettere in atto una serie di comportamenti spesso rischiosi ma in grado di garantire loro un feedback di tipo sociale positivo, che viene percepito come una forma di ricompensa (S. Blakemore et T. W. Robbins, 2012).

Non meno rilevante è il ruolo che possono ricoprire i genitori. Va ricordato, infatti, che gli adulti, in particolare i genitori e le altre figure significative vicine, sono dei veri e propri modelli di riferimento per i giovani. Allo stesso tempo, l'utilizzo di sostanze, più nello specifico di alcolici e tabacco, è una prima modalità che gli adolescenti spesso utilizzano per identificarsi con il mondo degli adulti. È per queste ragioni che l'uso di sostanze da parte dei genitori potrebbe favorire la messa in atto della medesima condotta anche da parte dei loro figli. Dall'altra parte, avere dei modelli genitoriali positivi a cui fare riferimento potrebbe, invece, essere un importante fattore di protezione, in quanto in grado di permettere agli adolescenti di sviluppare una maggiore resilienza (N. M. Hurd et al., 2008).

1.3 IL “RISK TAKING”: TRA SVILUPPO CEREBRALE E RICOMPENSA

Proseguendo con l'analisi delle motivazioni connesse alla predisposizione che gli adolescenti hanno nei confronti delle condotte a rischio, e dunque anche nei confronti dell'uso di sostanze, meritano un'attenzione particolare i fattori di natura biologica. In questo caso si fa riferimento alla prospettiva delle neuroscienze che, considerando lo sviluppo cerebrale, cerca di spiegare il motivo per cui l'incidenza di questi comportamenti sia nettamente marcata durante questa fase della vita.

Come prima cosa, è opportuno operare una distinzione tra due diversi circuiti cerebrali. Da un lato va preso in considerazione quello che viene definito il circuito socioemotivo.

Si tratta di aree che vengono attivate sulla base degli stimoli di tipo sociale e che consentono, quindi, di prendere le decisioni sulla base delle emozioni. Questo circuito è già sviluppato durante l'adolescenza, periodo in cui subisce poi delle modificazioni. Dall'altra parte, invece, vi sono le aree relative al controllo e alle funzioni esecutive, ovvero quei circuiti che permettono all'individuo di riflettere e di controllare le emozioni. Queste, contrariamente alle prime, non raggiungono la maturità prima dell'età adulta. Secondo le neuroscienze sociali, quindi, sarebbe la discrasia nello sviluppo dei due circuiti a permettere di chiarire le modalità peculiari che hanno gli adolescenti di prendere le decisioni. In particolare, spiegherebbero la modalità da loro utilizzata nell'analisi dei problemi e, dunque, i motivi per cui i giovani mettano in atto i comportamenti rischiosi nonostante siano spesso consapevoli delle loro conseguenze e perché, alle volte, sottostimino invece i rischi (P. Albiero, *il benessere psicosociale in adolescenza*, 2011, pg 286-287).

Sempre nell'ottica di chiarire come mai il risk-taking abbia un picco in questa fase dello sviluppo, è necessario ricollegarsi al ruolo svolto dalle gratificazioni.

Il cervello adolescente, infatti, risulta essere particolarmente sensibile alle ricompense e a tutte quelle esperienze che sono capaci di far provare euforia, brivido e un senso di novità. Queste attività permettono il rilascio di dopamina, neurotrasmettitore coinvolto in quello che è un vero e proprio circuito della ricompensa. La conseguenza principale di questo fenomeno è che modifica la modalità con cui i giovani valutano i problemi e, più nello specifico le conseguenze delle loro azioni. Le gratificazioni assumono per gli adolescenti un peso maggiore rispetto ai possibili rischi, che vengono invece sottostimati (P. Albiero, *il benessere psicosociale in adolescenza*, 2011, pg 286-287).

È questa continua ricerca di gratificazioni a caratterizzarsi in modo negativo in quanto rende gli adolescenti particolarmente vulnerabili rispetto all'uso di sostanze e predisposti a sviluppare dipendenze.

Uno dei feedback maggiormente rinforzanti, in questo senso, è costituito dall'approvazione dei pari, che potrebbe spiegare le ragioni per cui il fenomeno del risk-taking si acuisca, generalmente, in loro presenza. È quindi facile comprendere il motivo per cui i contatti con le sostanze avvengano più facilmente in contesti di gruppo.

1.4 LE CONSEGUENZE DELL'USO DI SOSTANZE SUL CERVELLO ADOLESCENTE

È infine importante chiarire quali altre motivazioni, oltre alla prevalenza, rendano necessario conferirne un'attenzione particolare a questo fenomeno. Le principali preoccupazioni riguardano infatti i possibili risvolti a lungo termine che l'uso di droga, in particolare cannabis e alcol che sono tra le sostanze più diffuse, in una fase così delicata dello sviluppo, potrebbe avere sul cervello.

In generale, ciò che accomuna le varie sostanze è che agiscono sui circuiti cerebrali deputati alla motivazione del comportamento. I comportamenti relativi alla ricerca della droga portano ad un aumento del rilascio di dopamina, che è causa di quella che viene poi definita dipendenza. Allo stesso tempo, la stimolazione del circuito della ricompensa, a lungo andare, diventa responsabile del fenomeno dell'assuefazione, ovvero del fatto che dopo un certo periodo di tempo diventa necessario utilizzare quantità sempre maggiori di droga per riuscire ad ottenere l'effetto desiderato (Bear et, al. 2016).

Volendo considerare nello specifico alcune sostanze, il consumo di alcol, ad esempio, è uno dei più diffusi tra i giovani e, per questo, genera non poco timore. Preoccupa, in particolare, la modalità che i giovani hanno di farne uso. È una pratica molto diffusa tra gli adolescenti, infatti, quella del binge drinking, che consiste nell'ingestione di grandi unità di alcolici in un arco di tempo molto ristretto. L'adolescenza è un periodo delicato per lo sviluppo del cervello e questo rende i giovani una popolazione più vulnerabile, rispetto ad esempio agli adulti, alla tossicità dell'alcol, ancor più se assunto con queste modalità (R. G. Mira et al., 2020).

Allo stesso modo, anche l'uso di cannabis è diffuso tra gli adolescenti e preoccupa in quanto non è ancora chiaro quali effetti potrebbe avere a lungo termine sullo sviluppo cognitivo. Alcune ricerche mettono però già in luce che l'uso di cannabis, così come quello di altre sostanze, in particolare durante il periodo della prima adolescenza, potrebbe danneggiare le funzioni esecutive e, nello specifico, causare un decremento dell'attenzione (K. J. Paige et al., 2020).

Il consumo di sostanze è quindi tutt'ora un avvenimento diffuso in adolescenza e continua ad essere una fonte di grandi timori. Avendo evidenziato i vari fattori di rischio, tra i quali emergono anche lo stress e le vulnerabilità, risulta necessario indagare il fenomeno anche alla luce degli spiacevoli avvenimenti legati al COVID-19, per comprendere quale impatto questo evento abbia avuto sugli adolescenti e anche sul loro modo di fare uso di sostanze.

CAPITOLO 2

AUMENTO DEL CONSUMO DI SOSTANZE DURANTE IL PERIODO PANDEMICO: UNA REVISIONE DEI DATI SCIENTIFICI.

Il periodo pandemico ha portato profondi cambiamenti nella società e, per questo motivo, è importante prendere in considerazione dapprima quale impatto possa aver avuto sulla salute psicologica della popolazione. La diffusione del COVID-19 può essere infatti descritta come una vera e propria emergenza di carattere sanitario che, in particolare dal 2020, ha sconvolto la vita delle persone. Le conseguenze principali di questo fenomeno, conseguenze di carattere globale, hanno riguardato ambiti differenti: economico, sociale, lavorativo, politico e, chiaramente, psicologico. Questa situazione ha reso gli adolescenti, già impegnati ad affrontare un periodo di per sé ricco di nuove sfide e cambiamenti, soggetti a grande vulnerabilità. È per questi motivi che risulta importante cercare di comprendere quali risvolti possa aver avuto la pandemia nella vita dei giovani.

Gli adolescenti sono stati catapultati ad affrontare l'enorme sfida che è stata l'emergenza COVID-19 in un periodo complesso per il loro sviluppo. Hanno dovuto adattare il loro comportamento, in modo molto repentino, ad uno stile di vita nuovo, uno stile che li ha privati del contatto umano, del supporto sociale, della scuola e dei compagni, delle attività sportive e di quelle di svago. La loro vita è stata, dunque, in qualche modo sconvolta in termini non solo di abitudini, ma anche di relazioni ed emozioni. È sufficiente pensare, ad esempio, a quanto siano stati esposti, per mesi e mesi, ai telegiornali e alle notizie online, che riportavano quasi ossessivamente i bollettini di contagi e decessi, le informazioni circa la letalità del virus e le regole di isolamento sociale da rispettare. In questa occasione alcuni ragazzi hanno dovuto affrontare inoltre, molti per la prima volta, il tema della perdita. Anche la tematica relativa all'istruzione ha causato non poca agitazione: le lezioni mancate e la didattica a distanza hanno contribuito a far sperimentare l'idea di poter perdere opportunità a livello di scolastico. A queste si sono aggiunte poi le preoccupazioni relative agli aspetti economici, che non vanno lasciate in secondo piano (R. L. Emery et al., 2021).

Risulta quindi importante comprendere come, in questo periodo, si sia modificata la quotidianità degli adolescenti e come siano riusciti ad affrontare le difficoltà.

La tematica di interesse riguarda, nello specifico, l'uso di sostanze, tema come già detto molto rilevante quando si tratta di adolescenti. L'obiettivo è quello di comprendere come si sia evoluto durante il periodo pandemico e se possa essere diventato una forma di strategia adottata dai giovani per riuscire a fronteggiare lo stress correlato alla pandemia.

2.1 TREND NEL CONSUMO DI SOSTANZE DURANTE IL PERIODO PANDEMICO

Come primo aspetto è opportuno analizzare come si sia evoluto il consumo di sostanze da parte degli adolescenti durante questo periodo, in modo da poter evidenziare un eventuale trend. In generale sono state riscontrate delle modificazioni che riguardano il consumo in termini di aumento, sia per quanto riguarda la quantità sia per la frequenza. In alcuni casi si è assistito anche un cambiamento relativo alla tipologia di sostanze utilizzate. Alcuni giovani, infatti, hanno riportato di aver sperimentato nuovi tipi di droghe nei casi in cui non fosse stato per loro possibile reperire quelle solitamente utilizzate (A. Abramson, 2021).

L'aumento del consumo non è stato però costante e, per questo, è utile entrare un po' più nello specifico e approfondirne come si sia sviluppato nel corso delle diverse fasi della pandemia. Va messo in luce, infatti, come i primi mesi di lockdown si siano caratterizzati per una generica diminuzione dell'acquisto e, conseguentemente, dell'uso. Per spiegare questo decremento iniziale è possibile ricondursi alle misure di contenimento, attuate al fine di diminuire i contagi. Le limitazioni, infatti, costringevano le persone a rimanere all'interno delle mura domestiche, ad eccezione dei motivi di comprovata necessità. Nel periodo iniziale, in cui controlli erano rigidi e le misure più severe, la possibilità di uscire era dunque drasticamente ridotta e, di conseguenza, anche la capacità di reperire determinati tipi di droga.

È poi necessario analizzare come sia evoluta la modalità d'uso differenziando le varie tipologie di sostanze. Una prima suddivisione può essere operata distinguendole sulla

base delle abituali occasioni in cui ne viene fatto uso. Una seconda modalità può invece riguardare la separazione tra sostanze legali e illegali.

Per quanto riguarda le sostanze illegali e, più nello specifico, quelle legate alla vita sociale e notturna, si è evidenziata una generale diminuzione di acquisto e consumo. Si tratta di droghe quali cocaina e MDMA, utilizzate prevalentemente negli ambienti di festa, di solito all'interno dei locali e delle discoteche. Le discoteche e, in generale, i locali notturni sono state chiuse per un periodo di tempo molto lungo durante la pandemia e il settore ne ha risentito gravemente. Per questo motivo, l'acquisto di sostanze associate prevalentemente a questo tipo di contesti, in questi mesi, è fortemente diminuito (EMCDDA trendspotter briefing, 2020).

Rispetto all'uso di cannabis, invece, il trend è meno lineare. Per comprendere come si sia evoluto il consumo è utile, in questo caso, operare una distinzione dei consumatori di cannabis in due tipologie, considerando da un lato i consumatori cosiddetti occasionali e, dall'altro, quelli regolari. I primi sono coloro che ne fanno uso generalmente in contesti piuttosto specifici e di carattere sociale. In questi casi si è assistito prevalentemente ad una riduzione del consumo, che potrebbe ricollegarsi alle misure restrittive. Tra i consumatori abituali si è riscontrato, invece, un aumento (EMCDDA trendspotter briefing, 2020). Si tratta per l'appunto di persone già abituate a farne uso da sole, talvolta anche in casa, e che per questo sono meno legate ai contesti di socialità. In questo senso, dunque, il loro consumo non ha risentito delle misure di confinamento.

L'ultima categoria riguarda le cosiddette "droghe legali", che necessita particolare attenzione. Con questo termine si identificano prevalentemente l'alcol e alcuni farmaci quali, nello specifico, le benzodiazepine. La frequenza del consumo di questa tipologia di sostanze ha registrato un aumento durante il periodo pandemico (EMCDDA trendspotter briefing, 2020). Tale fenomeno può essere ricondotto al fatto che, trattandosi di sostanze legali, siano state facilmente reperibili, sicuramente più delle altre sostanze, anche durante la fase del lockdown. I farmaci, ad esempio, potevano essere ottenuti, con relativa facilità, attraverso la richiesta di prescrizioni mediche. Ancor più facile da procurare è stato poi l'alcol, presente in gran parte delle abitazioni e, eventualmente, acquistabile in qualunque supermercato.

Nel caso di queste droghe definite per l'appunto "legali" è utile specificare che si tratta di sostanze che, in molti casi, sono socialmente accettate o, quanto meno, tollerate. Proprio per questo motivo accade di frequente che vengano utilizzate anche dagli adulti. È importante ribadire che gli adulti, e in questo caso si tratta nello specifico di genitori, sono dei veri e propri modelli ai quali gli adolescenti si riferiscono e dei quali imitano il comportamento. La messa in atto di certe condotte da parte delle loro figure di riferimento potrebbe dunque aver avuto un ruolo rilevante nel facilitare la messa in atto delle medesime azioni anche da parte dei giovani.

2.2 ANALISI DELLE MOTIVAZIONI ALLA BASE DEL CONSUMO

Alla luce di quanto detto risulta necessario indagare quali possano essere state le motivazioni alla base dell'aumento del consumo tra gli adolescenti. Comprimerne le ragioni è importante al fine di poter implementare degli interventi, anche di tipo protettivo, nuovi e mirati a rispondere alle nuove esigenze dei giovani, emerse a seguito dell'avvento della pandemia.

In particolare, potrebbe essere necessario capire se l'utilizzo di sostanze possa essere diventato un tentativo, inefficace, messo in atto dagli adolescenti per riuscire a superare le difficoltà e gli eventi stressanti legati al COVID-19.

È innanzitutto inevitabile ribadire come la pandemia abbia portato con sé una serie di preoccupazioni, che hanno riguardato aspetti differenti. Vanno dapprima prese in considerazione quelle legate alla sfera della salute. Soprattutto all'inizio dell'emergenza, gli adolescenti erano spaventati a causa dell'elevato numero di contagi, della letalità non ancora ben conosciuta del virus e dalla confusione generale ad esso legata. Avevano in particolare timore di poter contrarre la malattia in prima persona e, allo stesso tempo, avevano paura di poter contagiare i familiari e le persone care, in particolare i nonni e gli altri soggetti "fragili".

Successivamente, dopo aver trascorso le prime settimane chiusi in casa, hanno iniziato a soffrire l'imposizione di dover rimanere confinati all'interno delle mura domestiche. La possibilità di avere dei contatti con i loro amici attraverso l'ausilio delle videochiamate e dei social non è più stata sufficiente e la situazione di isolamento sociale ha iniziato a pesare sempre di più. Le misure restrittive hanno dunque impattato duramente sulla quotidianità delle persone, influenzato le connessioni sociali, impedendo tutti quei contatti diretti con gli amici.

Allo stesso modo, è stato limitato lo svolgimento delle normali attività, quali ad esempio la scuola. Per un certo periodo di tempo non è stato possibile frequentare le lezioni in presenza, dovendo fare ricorso alla didattica a distanza, che garantiva il proseguimento del programma ma non molto il coinvolgimento tra compagni. La stessa cosa è accaduta per le varie attività sportive e di svago, in quanto palestre, centri sportivi e altri luoghi di ritrovo erano inaccessibili. In questo contesto, è stato sempre più difficile per gli adolescenti frequentare i pari che, è importante sottolineare, ricoprono un ruolo fondamentale per quanto concerne il supporto e lo sviluppo della propria identità (S. Branje et A.S. Morris, 2021).

È facile immaginare come, nell'affrontare questo periodo critico, per i ragazzi sia stato impossibile ricorrere ad alcuni tipi di strategie che possono essere definite "strategie adattive"; tra queste possono essere citate il supporto dei pari e la possibilità di partecipare ad attività sportive, culturali e di svago. Per affrontare le nuove sfide, dunque, in mancanza di queste strategie, gli adolescenti potrebbero aver fatto ricorso a differenti meccanismi definiti "di coping" che, in questo caso, alle volte, possono essersi caratterizzati come disadattivi. Tra questi va sicuramente preso in considerazione il consumo di sostanze che, in questo senso, potrebbe dunque essere considerato come una delle modalità messe in atto dai giovani per riuscire a gestire le emozioni negative associate al COVID-19.

È da qui importante porre l'attenzione sugli aspetti emotivi legati alla pandemia. Si riscontra, infatti, un generico aumento, tra i giovani, degli affetti negativi. Più nello specifico, coerentemente con quanto detto in precedenza, sono stati evidenziati alti livelli di preoccupazione per la propria salute e alti livelli di solitudine (Lauren M. Papp et al.,

2021). Emergono un crescente senso di noia e di isolamento, che potrebbe essere spiegato dall'obbligo di rimanere in casa per un periodo di tempo di tempo prolungato.

Questo insieme di fattori, nel complesso, risulterebbe essere una valida spiegazione di quelle che potrebbero essere le motivazioni alla base del comportamento degli adolescenti (R. L. Emery et al., 2021). Insieme ai fattori sopra descritti, tra le ragioni menzionate dai giovani circa l'utilizzo di sostanze, spiccano la necessità di compensare l'assenza di concentrazione e di mantenere delle prestazioni elevate a scuola, che trovano riscontro anche nell'aumento dei livelli di burnout (EMCDDA trendspotter briefing, 2020).

Dopo aver considerato gli aspetti strettamente connessi al virus e ai rischi per la salute e, dall'altro lato, il disagio legato all'isolamento, è necessario prendere in considerazione le conseguenze "globali" del virus, quelle che hanno riguardato gli aspetti politici, sociali ed economici. Tra questi spicca in particolare quello economico, che ha destato non poche preoccupazioni. Il COVID ha, infatti, duramente influenzato la vita di tutte le famiglie, e dunque dei figli, di quei lavoratori dipendenti che sono stati licenziati o i cui titolari non sono riusciti a garantire lo stipendio e di quei lavoratori in proprio che sono stati costretti a chiudere la propria attività.

È infine opportuno evidenziare che il periodo dell'emergenza sanitaria è stato caratterizzato da una profonda incertezza; basti pensare al fatto che la durata dello stato di emergenza o anche delle semplici misure restrittive non abbia mai rispettato le "scadenze" previste o al fatto che la stessa pandemia non abbia mai avuto una fine molto chiara, e non ce l'ha tutt'ora. Questa incertezza persistente potrebbe dunque aver esacerbato tutte le preoccupazioni fin qui descritte.

Nonostante questi eventi abbiano avuto un eco a livello generale sulla salute mentale e sul benessere delle persone, e dunque degli adolescenti, è fondamentale non dimenticare il ruolo che hanno determinato le differenze individuali nel modo in cui sono state percepite e affrontate tali difficoltà. La stessa situazione potrebbe aver avuto esiti chiaramente differenti per le diverse persone. Il modo in cui è stata affrontata può essere dipeso ad esempio dalle condizioni di vita peculiari di ogni individuo. Più nello specifico, hanno avuto un ruolo piuttosto determinante nel modulare l'utilizzo delle strategie di

coping sia l'ambiente e il supporto familiare e, dall'altro, anche le criticità e le problematiche preesistenti (S. Branje et A.S. Morris, 2021).

Alla luce di quanto fino a qui riportato, è quindi possibile considerare il consumo di sostanze durante la pandemia, ed in particolare il suo aumento, come la conseguenza della necessità da parte degli adolescenti di trovare una modalità alternativa per gestire l'ansia e lo stress, a seguito di un evento di portata mondiale e dagli esiti incerti, che hanno dovuto affrontare in un periodo non facile del loro sviluppo.

2.3 CONTRADDIZIONI E VANTAGGI: LA PANDEMIA COME FATTORE PROTETTIVO RISPETTO ALL'USO DI SOSTANZE

Come accennato nel paragrafo 2.1, le misure restrittive messe in atto al fine di controllare l'aumento dei contagi hanno avuto ruolo nel determinare un iniziale decremento relativo all'acquisto e al consumo di sostanze, rendendole difficilmente accessibili. Da un lato, questo fenomeno può essere spiegato dal fatto che per gli adolescenti, così come per la popolazione in generale, confinati all'interno delle mura domestiche, la possibilità di uscire per reperire le sostanze, soprattutto all'inizio del periodo del lockdown, era necessariamente limitata. Dall'altra parte anche le occasioni di farne uso con gli amici, in contesti di ritrovo e socialità, molto comuni tra i giovani, erano drasticamente ridotte.

Volendo osservare il fenomeno della pandemia da un'altra prospettiva quindi, il lockdown potrebbe aver determinato una sorta di "protezione" rispetto alla messa in atto di tali condotte per un certo sottogruppo di adolescenti. In questo caso ci si riferisce, nello specifico, a quei consumatori "sociali". L'isolamento potrebbe aver determinato per loro un temporaneo freno rispetto alle abituali occasioni d'uso e dunque protetto questa sottopopolazione da quei contesti che avrebbero altresì potuto caratterizzarsi come "situazioni di rischio" (D. Sarvey et al, 2021).

Allo stesso modo, le misure di distanziamento sociale hanno obbligato non solo i giovani ma anche gli adulti a rimanere in casa. Gli equilibri delle famiglie si sono per questo

modificati. È sufficiente pensare al fatto che generalmente gli adolescenti sono spesso abituati a trascorrere interi pomeriggi a casa da soli, senza controllo da parte dei genitori. Per gli adulti, durante il lockdown, è stato invece possibile monitorare da vicino il comportamento dei propri figli, impedendo loro la messa in atto di alcune condotte a rischio, tra cui l'acquisto e l'uso di droga.

Un secondo aspetto degno di nota riguarda il fatto che, potendo trascorrere e condividere molto più tempo con i genitori e, in generale la famiglia, i giovani potrebbero aver beneficiato di maggiore supporto parentale e familiare nell'affrontare l'emergenza COVID-19 (L. Richter, 2020).

Queste considerazioni hanno come limite il fatto di essere riferite ad un periodo di tempo circoscritto, che coincide con la durata della fase pandemica. Più che "frenare" la messa in atto dei comportamenti a rischio, queste condizioni potrebbero, quindi, avere un ruolo nel ritardarla. In più, si limitano ai consumatori non-abituali e, allo stesso modo, si riferiscono prevalentemente al mondo delle sostanze illegali.

È quindi fondamentale tenere in considerazione, e con particolare attenzione, la restante parte della popolazione adolescenziale, quella per cui la pandemia, con i fattori ad essa connessi, ha costituito un'esacerbazione del consumo.

CAPITOLO 3

CONCLUSIONE: NUOVE PROSPETTIVE DI INTERVENTO

La pandemia legata al COVID-19 ha evidentemente influenzato gli individui per quanto concerne le tematiche relative alla salute mentale e, in riferimento al caso in analisi, ha concorso a determinare delle modificazioni circa lo stile di vita degli adolescenti e, più nello specifico, la loro modalità di fare uso di sostanze. Proprio alla luce di queste dinamiche relative ai comportamenti d'uso, al loro aumento e alle principali cause che sono state identificate nel corso della ricerca, risulta opportuno prendere in considerazione, come ultimo aspetto, quello delle nuove prospettive di intervento. Il termine “nuove” vuole sottolineare il fatto che gli interventi, sia di tipo terapeutico che di tipo preventivo, potrebbero necessitare di una forma di riorganizzazione a seguito degli eventi relativi all'emergenza sanitaria. Per poter essere efficaci e puntuali, le prospettive di intervento dovrebbero dunque rinnovarsi sulla base delle nuove problematiche emerse ed emergenti, adattandosi ai nuovi bisogni.

Rispetto alle nuove esigenze degli adolescenti, per quanto detto fino ad ora, ricoprono un ruolo significativo la gestione dell'ansia e degli affetti negativi, aumentati durante e a seguito della pandemia (R. L. Emery et al., 2021). Più nello specifico è auspicabile la messa in atto di interventi che permettano agli adolescenti l'acquisizione e la padronanza di strategie di coping adattive, da poter utilizzare anche in quelle situazioni in cui non sia per loro possibile ricevere il supporto sociale diretto di amici e coetanei. A tal proposito, anche la tematica relativa alla noia e alle condizioni di isolamento, più volte menzionata, merita un'attenzione particolare: le misure di isolamento nei casi di positività al virus sono ancora in vigore e, per questo, i giovani potrebbero necessitare di particolare supporto in queste circostanze.

A questo punto è utile soffermarsi sugli interventi basati sulla prevenzione. Gli interventi di tipo preventivo si propongono di agire sui fattori di protezione, ovvero quelle condizioni che favoriscono l'adattamento e il benessere dell'individuo, e sui fattori di rischio; cercano di agire sulle problematiche prima che esse insorgano e permettono di

coinvolgere contemporaneamente un maggior numero di persone (M. Santinello et al., *Fondamenti di psicologia di comunità*, 2018, pg.88-89).

In questo senso, potrebbe essere utile abbracciare la tematica della salute mentale nel suo insieme, non limitandosi unicamente agli interventi relativi all'uso di droga in senso stretto ma, invece, cercando di approfondire il tema della vulnerabilità psicologica nel complesso, magari con una particolare attenzione alla gestione dell'ansia e delle emozioni.

Andrebbe dunque messa in atto una forma di prevenzione di tipo generale, il cui obiettivo sia dunque quello di promuovere la qualità della vita delle persone, nel caso specifico gli adolescenti, e la loro salute. Le conseguenze a lungo termine che l'emergenza sanitaria potrebbe avere sulla salute psichica non sono, infatti, circoscritte ad un solo ambito e, per questo motivo, le azioni dovrebbero essere finalizzate ad intervenire sulle difficoltà psicologiche, cercando di aiutare i giovani ad affrontare il periodo di stress e difficoltà, permettendo loro di costruire delle nuove strategie di coping efficaci, e riducendo di conseguenza la messa in atto delle condotte di consumo. Per farlo risulta opportuno cercare di coinvolgere gran parte della popolazione adolescenziale.

Per tale scopo è intuibile il ruolo che le risorse elettroniche possono ricoprire, in quanto permettono di raggiungere contemporaneamente e in ogni momento un gran numero di giovani. Si potrebbe inoltre pensare di creare per loro delle vere e proprie comunità di supporto, alle quali poter accedere online, in modo da garantire loro la possibilità di interagire e di ricevere aiuto in ogni momento, anche nelle situazioni di isolamento. I social media possono essere facilmente utilizzati per questo intento, in quanto consentono di aggregare un gran numero di individui provenienti da ambienti differenti. Possono offrire a queste persone, ad esempio, una valida opportunità di condividere le loro esperienze, chiarire i loro dubbi, chiedere aiuto e ricevere feedback. Esistono già dei forum di questo tipo sui social, che riguardano prevalentemente alcune condizioni mediche, quali ad esempio diabete, cancro o problemi cardiaci, che si propongono di dare delle risposte alle domande che vengono poste dagli utenti e di condividere alcune strategie. Sembrano aver dimostrato la loro utilità in quanto permettono non solo di

fornire supporto ma anche di aumentare il livello di sensibilizzazione delle persone in merito a quelle tematiche (L. Laponite et al., 2013).

Per quanto riguarda gli aspetti relativi all'efficacia degli interventi, anche precedenti alla pandemia, il coinvolgimento delle persone che fanno parte del contesto di vita dei giovani risulta, infatti, essere particolarmente rilevante. Famiglia, genitori, insegnanti, amici e compagni sono tutti parte della rete sociale con cui l'adolescente interagisce ogni giorno e della quale è parte. La rete sociale può essere una risorsa decisamente significativa per l'individuo; lavorare con questi elementi permetterebbe quindi di creare un ambiente sociale che può essere una grande fonte di supporto per l'adolescente. Inserendolo nel contesto dei comportamenti a rischio, intervenire sulla rete, quindi su quello che viene denominato il microlivello, permetterebbe infine di modificare indirettamente gli atteggiamenti dell'individuo, in questo caso in merito all'uso di sostanze.

Come accennato più volte, quando si parla di adolescenti è importante concentrarsi sulla famiglia e, in particolare, sui genitori. È possibile coinvolgerli con l'obiettivo di farli diventare una vera e propria risorsa per i figli, rendendoli dei modelli positivi capaci di garantire loro fiducia e di influenzare poi il modo in cui i giovani affrontano i vari compiti evolutivi. Uno degli aspetti che potrebbe meritare particolare attenzione è quello della comunicazione, con l'obiettivo di favorire lo sviluppo di una modalità di comunicazione positiva, aperta ed empatica, che risulta essere associata a un maggior senso di autostima nei giovani e in grado di favorire un miglior adattamento (P. Albiero, *il benessere psicosociale in adolescenza*, 2011, pg 111-112).

Anche la scuola può essere un contesto utile all'implementazione di alcune tipologie di intervento, in particolare quelle orientate alla riduzione degli effetti dei fattori di rischio per l'abuso di sostanze e, in generale, il disagio psicologico, nonché per gli interventi mirati allo sviluppo delle abilità e delle strategie. Questi possono essere rivolti direttamente agli studenti oppure possono coinvolgere gli educatori. Per quanto riguarda la prevenzione rispetto all'uso di sostanze, nello specifico, possono essere attuate diverse tipologie di intervento. Tra questi si possono evidenziare da un lato quelli mirati a fornire conoscenze sul tema della droga, che si propongono di dare informazioni circa gli effetti

negativi delle sostanze, e dall'altro quelli il cui obiettivo è sviluppare l'autostima e l'autoefficacia negli adolescenti. Infine, vi sono gli interventi detti skill-based, il cui obiettivo è quello di sviluppare le abilità di rifiutare i comportamenti d'uso e di resistere alla pressione dei pari, che sembrerebbero aver riscontrato maggiore efficacia (A. Palmonari, *Psicologia dell'adolescenza*, 2011, pg.356-357).

Le possibilità di intervento risultano essere molteplici e offrono diverse opportunità e modi di agire. Alcune strategie vengono utilizzate da anni e ne è garantita da tempo l'efficacia. La ricerca attuale dovrebbe proseguire, dunque, concentrandosi sui cambiamenti legati al COVID-19, sull'influenza che questi hanno avuto e continuano ad avere sulla popolazione adolescenziale, cercando di indentificare anche quelli che possono essere gli strascichi nel lungo termine. In questo modo si possono offrire nuovi spunti alle modalità di intervento, in particolare a quelle legate all'uso di sostanze, permettendo di adattare quelle già presenti alle nuove condizioni imposte dalla pandemia.

BIBLIOGRAFIA

Abramson, A. (2021). Substance use during the pandemic. *American Psychological Organization*. <https://www.apa.org/monitor/2021/03/substance-use-pandemic>

Albiero, P. (2021). *Il benessere psicosociale in adolescenza. Prospettive multidisciplinari*. Carocci.

American Psychology Association. (2002). *Developing adolescence, a reference for professional* <https://www.apa.org/topics/teens/developing-adolescents-professionals-reference>

Bear, M. F., Connors, B. W., Paradiso, M. A. (2015). *Neuroscience: Exploring the Brain* (4th ed.).

Blakemore, S. J., & Robbins, T. W. (2012). Decision-making in the adolescent brain. *Nature Neuroscience*, *15*(9), 1184–1191. <https://doi.org/10.1038/nn.3177>

Branje, S., & Morris, A. S. (2021). The Impact of the COVID-19 Pandemic on Adolescent Emotional, Social, and Academic Adjustment. *Journal of Research on Adolescence*, *31*(3), 486–499. <https://doi.org/10.1111/jora.12668>

Crockett, L. J., Raffaelli, M., & Shen, Y. L. (2006). Linking Self-Regulation and Risk Proneness to Risky Sexual Behavior: Pathways through Peer Pressure and Early Substance Use. *Journal of Research on Adolescence*, *16*(4), 503–525. <https://doi.org/10.1111/j.1532-7795.2006.00505.x>

Impact of COVID-19 on patterns of drug use and drug-related harms in Europe. (2021). *European Monitoring Centre for Drugs and Drug Addiction*. <https://doi.org/10.2810/830360>

Emery, R. L., Johnson, S. T., Simone, M., Loth, K. A., Berge, J. M., & Neumark-Sztainer, D. (2021). Understanding the impact of the COVID-19 pandemic on stress, mood, and substance use among young adults in the greater Minneapolis-St. Paul area: Findings from project EAT. *Social Science & Medicine*, 276, 113826. <https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2021.113826>

Hurd, N. M., Zimmerman, M. A., & Xue, Y. (2008). Negative Adult Influences and the Protective Effects of Role Models: A Study with Urban Adolescents. *Journal of Youth and Adolescence*, 38(6), 777–789. <https://doi.org/10.1007/s10964-008-9296-5>

Laponite, L., Ramaprasad, J., Vedel, I. (2013). Collaborating through Social Media to Create Health Awareness. *46th Hawaii International Conference on System Sciences*. <https://doi.org/10.1109/HICSS.2013.135>

LaSpada, N., Delker, E., East, P., Blanco, E., Delva, J., Burrows, R., Lozoff, B., & Gahagan, S. (2020). Risk taking, sensation seeking and personality as related to changes in substance use from adolescence to young adulthood. *Journal of Adolescence*, 82(1), 23–31. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2020.04.011>

Mira, R. G., Lira, M., Quintanilla, R. A., & Cerpa, W. (2020). Alcohol consumption during adolescence alters the hippocampal response to traumatic brain injury. *Biochemical and Biophysical Research Communications*, 528(3), 514–519. <https://doi.org/10.1016/j.bbrc.2020.05.160>

Paige, K. J., & Colder, C. R. (2020). Long-Term Effects of Early Adolescent Marijuana Use on Attentional and Inhibitory Control. *Journal of Studies on Alcohol and Drugs*, 81(2), 164–172. <https://doi.org/10.15288/jsad.2020.81.164>

Palmonari, A. (2011) . *Psicologia dell'adolescenza*. Il Mulino.

Papp, L. M., & Kouros, C. D. (2021). Effect of COVID-19 disruptions on young adults' affect and substance use in daily life. *Psychology of Addictive Behaviors*, 35(4), 391–401. <https://doi.org/10.1037/adb0000748>

Richter, L. (2020). The Effects of the COVID-19 Pandemic on the Risk of Youth Substance Use. *Journal of Adolescent Health*, 67(4), 467–468. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2020.07.014>

Roberts, A., Rogers, J., Mason, R., Siriwardena, A. N., Hogue, T., Whitley, G. A., & Law, G. R. (2021). Alcohol and other substance use during the COVID-19 pandemic: A systematic review. *Drug and Alcohol Dependence*, 229, 109150. <https://doi.org/10.1016/j.drugalcdep.2021.109150>

Santinello, M., Vieno, A., Lenzi, M. (2018). *Fondamenti di psicologia di comunità*. Il Mulino

Sarvey, D., & Welsh, J. W. (2021). Adolescent substance use: Challenges and opportunities related to COVID-19. *Journal of Substance Abuse Treatment*, 122, 108212. <https://doi.org/10.1016/j.jsat.2020.108212>

RINGRAZIAMENTI

Sono stati tre anni intensi, ricchi di esperienze formative e, anche, a tratti difficili.

Ringrazio i docenti dell'Università che mi hanno portata ad appassionarmi ai diversi aspetti della psicologia e nello specifico il professore Alessio Vieno per il supporto e l'incoraggiamento fornitomi durante la stesura di questo elaborato.

Voglio poi ringraziare i miei genitori per il supporto che non mi hanno mai fatto mancare, dalla scelta di questo percorso fino ad oggi.

Ringrazio poi mio fratello Samuele, la mia famiglia vicina e anche quella lontana, per aver sempre fatto sentire la loro presenza e il loro affetto, con una menzione speciale a Lisa, la mia mentore a distanza.

Ringrazio tutto il gruppo delle mie amiche storiche, ovvero le girls, per non aver mai mancato di interessarsi a me e di dimostrarmi di volermi bene e per avermi sempre incoraggiata a portare avanti il mio percorso.

Ringrazio la mia nuova famiglia di Padova, dall'originaria "gang del bosco" fino al gruppo che siamo oggi, perché avete dato vita al miglior ambiente che potessi mai desiderare.

Ringrazio le belle persone che mi sono dovuta lasciare alle spalle e che, per vari motivi, hanno motivato la scelta dell'argomento della mia ricerca.

Infine, forse il più importante, ringrazio mio zio Christian, per aver sempre creduto in me e per avermi insegnato che le cose vanno fatte con passione. È a lui che dedico questa tesi.