

## 4 Estratto dalle Linee Guida del NIDA

### *Fattori di rischio e Fattori di Protezione*<sup>1</sup>

#### **Principio 1**

I Programmi di Prevenzione dovrebbero accrescere i fattori di protezione ed eliminare o ridurre quelli di rischio.

- Il rischio di diventare un consumatore di droga implica il rapporto fra il numero e il tipo di fattori di rischio e fattori di protezione.
- Il potenziale impatto dei rischi specifici e dei fattori protettivi cambia con l'età. Per esempio, i fattori di rischio all'interno della famiglia hanno un maggior impatto sui figli più giovani, mentre l'associazione fra pari con consumatori di droga potrebbe essere un fattore di rischio più significativo per un adolescente.
- Un intervento precoce sui fattori di rischio (per es., comportamenti aggressivi ed autocontrollo insufficiente) spesso ha un impatto maggiore che non un intervento operato successivamente, modificando il percorso di vita di un ragazzo per portarlo dai problemi verso comportamenti positivi.
- Sebbene i fattori di rischio e quelli di protezione possono riguardare persone di tutti i gruppi, essi possono avere un effetto differente a seconda dell'età, del genere, dell'etnia, della cultura e dell'ambiente.

#### **Principio 2**

I Programmi di Prevenzione dovrebbero essere indirizzati a tutte le forme di abuso di droghe, singole o in associazione, incluso l'utilizzo di sostanze legali da parte di minorenni (per es. tabacco o alcol); l'uso di droghe illegali (per es. marijuana o eroina); l'uso inappropriato di sostanze ottenute legalmente (per es. prodotti da inalare), prescrizione di medicamenti o farmaci da banco.

#### **Principio 3**

I Programmi di Prevenzione dovrebbero essere indirizzati al tipo di problema d'abuso di droghe presente nella comunità locale, ai fattori di rischio modificabili e al rafforzamento dei fattori di protezione identificati.

#### **Principio 4**

I Programmi di Prevenzione dovrebbero essere adattati per rivolgersi ai rischi connessi alle specifiche caratteristiche della popolazione o gruppo quali età, genere ed etnia, al fine di migliorare l'efficacia del Programma.

---

<sup>1</sup> I fattori associati ad una maggiore propensione all'abuso di droga sono chiamati fattori di "rischio", mentre quelli associati ad una ridotta propensione all'abuso sono chiamati fattori di "protezione".

## ***Programmazione della Prevenzione***

### ***Programmi familiari***<sup>2</sup>

#### **Principio 5**

I Programmi di Prevenzione indirizzati alla famiglia dovrebbero accrescere il collegamento e le relazioni familiari e includere le abilità dei genitori nell'educazione dei propri figli; promuovere lo sviluppo, la discussione e l'applicazione delle norme familiari sull'abuso di sostanze, la formazione sui metodi educativi e l'informazione sulle droghe.

Il collegamento familiare è il fondamento delle relazioni fra genitori e figli. Esso può essere potenziato attraverso la promozione delle capacità genitoriali di sostegno ai figli, della comunicazione genitori-figli e del coinvolgimento parentale.

- La supervisione e il monitoraggio parentale sono fattori critici per la prevenzione dell'abuso di droghe. Queste capacità possono essere potenziate con una formazione che aiuti a stabilire delle regole; tecniche per il "monitoraggio" delle attività; elogio per comportamenti appropriati; una disciplina moderata e coerente che rafforzi regole familiari ben definite.
- L'informazione ed educazione sulle droghe per genitori o *caregivers* rafforza ciò che i figli stanno apprendendo circa gli effetti dannosi delle droghe e apre alla famiglia l'opportunità di discutere sull'abuso di sostanze legali ed illegali..
- Interventi brevi per la popolazione generale, focalizzati sulla famiglia, possono modificare positivamente specifici comportamenti genitoriali, riducendo i rischi successivi di abuso di droga.

### ***Programmazione scolastica***<sup>3</sup>

#### **Principio 6**

Possono essere messi a punto Programmi di Prevenzione per intervenire in età prescolare, indirizzandoli verso fattori di rischio per l'abuso delle droghe quali: comportamento aggressivo, scarse abilità sociali, difficoltà scolastiche.

#### **Principio 7**

Dovrebbero essere posti come obiettivo Programmi di prevenzione per i bambini della scuola elementare che perfezionino l'apprendimento scolastico e socio-emotivo, indirizzati verso fattori di

---

<sup>2</sup> I programmi di prevenzione in famiglia possono rafforzare i fattori di protezione dei bambini piccoli insegnando ai genitori modalità di comunicazione familiare migliori, stili disciplinari appropriati per il periodo di sviluppo del bambino, applicazione ferma e coerente delle regole e altre capacità di gestione familiare. Si può insegnare ai genitori anche come potenziare il sostegno emotivo, sociale, cognitivo e materiale, che include, per esempio, fronteggiare i bisogni finanziari, di trasporto, di cure mediche e lo svolgimento dei compiti. La ricerca conferma gli effetti benefici di genitori che assumono un ruolo più attivo nella vita dei loro figli, parlando con loro delle droghe, monitorando le loro attività, conoscendo i loro amici, capendo i loro problemi e preoccupazioni, offrendo regole e disciplina coerenti, ed essendo coinvolti nel loro apprendimento ed educazione. L'importanza del rapporto genitore-figlio continua attraverso l'adolescenza ed oltre.

<sup>3</sup> I programmi di prevenzione nella scuola si focalizzano sulle capacità sociali ed accademiche dei ragazzi, incluso l'aiuto a migliorare i rapporti tra pari, l'auto-controllo, la capacità di affrontare situazioni difficili, i comportamenti sociali e la capacità di rifiutare l'offerta di droghe. I programmi di prevenzione basati sulla scuola dovrebbero essere integrati con gli obiettivi della scuola stessa per il miglioramento accademico.

rischio per abuso di droga quali: aggressività precoce, fallimenti scolastici e abbandono scolastico. L'educazione dovrebbe focalizzarsi sulle seguenti capacità:

- autocontrollo;
- consapevolezza emotiva;
- comunicazione;
- soluzione di problemi sociali;
- supporto scolastico, specialmente nella lettura.

### **Principio 8**

I Programmi di Prevenzione per studenti della scuola media e superiore dovrebbero aumentare le competenze scolastiche e sociali, per mezzo delle seguenti capacità:

- attitudini allo studio e supporto scolastico;
- comunicazione;
- relazioni con i pari;
- auto-efficacia e affermazione di sé;
- capacità di resistere all'uso di droghe;
- rafforzamento delle attitudini antidroga;
- potenziamento dell'impegno personale contro l'abuso di droga.

### ***Programmi per la Comunità<sup>4</sup>***

#### **Principio 9**

I Programmi di Prevenzione rivolti alla popolazione generale, che si trova in punti chiave di transizione quale il passaggio alla scuola media, possono produrre effetti benefici, persino tra famiglie e figli ad alto rischio.

Tali interventi non selezionano le popolazioni a rischio e quindi riducono le etichettature e promuovono il collegamento con la scuola e la comunità.

#### **Principio 10**

I Programmi di Prevenzione per la Comunità che associano due o tre programmi efficaci, quali quelli basati sulla famiglia e sulla scuola, possono essere più proficui di un singolo programma.

#### **Principio 11**

I Programmi di Prevenzione per la Comunità che raggiungono popolazioni in ambienti multipli – per esempio le scuole, le associazioni, le organizzazioni religiose e i media – sono più efficaci quando presentano in ciascun ambiente messaggi coerenti e aperti alla Comunità.

---

<sup>4</sup> Non sempre la comunità è motivata e pronta ad intervenire in azioni di prevenzione. Le linee guida del NIDA individuano 9 stadi di "maturità" per guidare la programmazione della prevenzione e quindi i passi necessari per la loro implementazione. I programmi di prevenzione funzionano a livello della comunità con organizzazioni civiche, religiose, di ordine pubblico e altri organi governativi per migliorare le norme anti-droga e comportamenti pro-sociali. Le strategie per cambiare gli aspetti chiave dell'ambiente sono spesso utilizzate a livello comunitario. Possono comprendere l'impiego di nuove politiche, quali il concetto di scuola libera dalla droga, o il rafforzamento di regole comunitarie, quali chiedere di controllare l'età nella vendita delle sigarette e dell'alcol. Molti programmi coordinano impegni di prevenzione attraverso i vari ambienti per comunicare messaggi coerenti: nelle scuole, nei luoghi di lavoro, nelle istituzioni religiose e nei media. La ricerca ha dimostrato che programmi che raggiungono i giovani attraverso fonti molteplici possono avere un impatto forte sulle norme comunitarie. Programmi basati sulla comunità includono tipicamente anche lo sviluppo di alcune politiche o l'applicazione delle norme, impegni dei media e programmi di consapevolezza a livello di tutta la comunità.

## *Definizione del Programma di Prevenzione*

### **Principio 12**

Quando le comunità adattano i programmi affinché corrispondano ai loro bisogni, alle norme della comunità o alle differenti richieste culturali, dovrebbero mantenere elementi essenziali dell'intervento originale basato sulla ricerca che includano:

- struttura (come è organizzato e costruito il programma);
- contenuto (le informazioni, le capacità e strategie del programma);
- definizione (come il programma è adattato, implementato e valutato).

### **Principio 13**

I Programmi per la Prevenzione dovrebbero essere a lungo termine, con interventi ripetuti (per es.: programmi di richiamo) per rinforzare gli scopi preventivi originali.

La ricerca mostra che i benefici ottenuti dai programmi di prevenzione per la scuola media diminuiscono in mancanza di programmi di follow-up nella scuola superiore.

### **Principio 14**

I Programmi di Prevenzione dovrebbero includere la formazione degli insegnanti sulle prassi per una buona gestione della classe, come premiare comportamenti appropriati dello studente. Tali tecniche aiutano ad incoraggiare il comportamento positivo degli studenti, i risultati, le motivazioni scolastiche e il collegamento con la scuola.

### **Principio 15**

I Programmi di Prevenzione sono molto efficaci quando impiegano tecniche interattive, quali i gruppi di discussione fra pari, nei quali i ragazzi interpretano i genitori in giochi di ruolo, che consentono un coinvolgimento attivo nell'apprendimento sull'abuso di droghe e rafforzano le capacità.

### **Principio 16**

I Programmi di Prevenzione basati sulla ricerca possono essere economicamente vantaggiose. I recenti studi dimostrano, come anche quelli precedenti, che per ciascun dollaro investito nella prevenzione si può vedere un risparmio anche fino a \$ 10 nel trattamento per abuso di alcol o altre sostanze.