



## GIOVANI E WEB

### GENERAZIONI CONNESSE - I SUPER ERRORI

Dal 1° luglio 2016 prosegue il Progetto “Generazioni Connesse” (SIC ITALY III) con una nuova edizione, co-finanziata dalla Commissione Europea nell’ambito del programma

“Connecting Europe Facility” (CEF), programma attraverso il quale la Commissione promuove strategie finalizzate a rendere Internet un luogo più sicuro per gli utenti più giovani, promuovendone un uso positivo e consapevole.

Il progetto è coordinato dal MIUR, in partenariato col Ministero dell’Interno-Polizia Postale e delle Comunicazioni, l’Autorità Garante per l’Infanzia e l’Adolescenza, Save the Children Italia, Telefono Azzurro, Università degli Studi di Firenze, Università degli studi di Roma “La Sapienza”, Skuola.net, Cooperativa E.D.I. e Movimento Difesa del Cittadino, Agenzia Dire con lo scopo di dare continuità all’esperienza sviluppata negli anni, migliorando e rafforzando il ruolo del Safer Internet Centre Italiano, quale punto di riferimento a livello nazionale per quanto riguarda le tematiche relative alla sicurezza in Rete e al rapporto tra giovani e nuovi media.

Segnaliamo una pagina di particolare interesse:

La MiniSerie - I Super Errori per scoprire come si sono trasformati e i comportamenti che li hanno condotti alle loro disavventure.

Per leggere l’articolo: [www.cesda.net](http://www.cesda.net)



### SOS ADOLESCENTI

Insicurezze, emozioni, amicizie, linguaggio del corpo, intelligenza emotiva, sesso, droga, alcol. Manuale pratico per genitori ed educatori

Kira Stellato

Schiacciati tra un’infanzia che sovente viene proposta come una brutta copia dell’età adulta e un mondo adulto spesso ancora in piena crisi adolescenziale, i nostri giovani si trovano a dover lottare da soli per acquisire identità e valori che un tempo venivano loro trasmessi naturalmente dalla famiglia e dalla società.

A questa solitudine e isolamento si aggiungono nuove modalità di comunicazione virtuale, che, se da un lato facilitano gli scambi interpersonali, dall’altro relegano la persona in un mondo “alternativo” da cui spesso è difficile uscire.

Nella vita virtuale, l’adolescente si sdoppia e si rifugia per trovare semplicità e sicurezza al riparo dalla complessità della sua personale evoluzione e dall’incertezza che società, scuola e famiglia proiettano nella sua vita. Il vivere quotidiano viene riprodotto in forme indolori e la realtà può essere plasmata e reinterpretata a piacimento, priva di sfide e di fallimenti.

Purtroppo, il mondo adulto, compreso quello scientifico, si sta lentamente adeguando a queste nuove, pericolose modalità di vita, e i comportamenti disfunzionali dei giovani, legati all’utilizzo dei nuovi strumenti mediatici, spesso non vengono sufficientemente riconosciuti e compresi.

La difficoltà di trovare modelli di riferimento forti e positivi a cui adeguarsi e l’incapacità di vivere con equilibrio le proprie emozioni possono portare ad ansia, depressione e a meccanismi distorti di compensazione come il bullismo o la dipendenza da droghe e alcol. Il volume propone tecniche, esercizi e comportamenti volti a migliorare la consapevolezza del proprio corpo e delle proprie emozioni. Vuole inoltre proporsi come punto di incontro tra il mondo degli adolescenti e quello degli adulti e sviluppare intelligenza emotiva ed empatia in modo da rendere più efficace la comunicazione interpersonale.

Il volume è disponibile presso il Cesda : Coll. P 299



La Biblioteca

Orari di apertura: Lunedì e Venerdì ore 10.00-13.00,

Mercoledì ore 14.00 - 16.00

Eventuali consulenze fuori orario sono possibili su appuntamento

tel. 055/6933315 Per informazioni: [biblioteca.cesda@asf.toscana.it](mailto:biblioteca.cesda@asf.toscana.it)



Il Cesda è ubicato presso  
l’Azienda Sanitaria 10 Via di  
San Salvi 12  
50135 Firenze - palazzina 27  
Tel. 055/6933315  
e.mail: [cesda@asf.toscana.net](mailto:cesda@asf.toscana.net)

## SOMMARIO

✓ **GIOVANI E WEB:**  
Generazioni connesse -  
I Super Errori

✓ **RECENSIONE VOLUMI:**  
SOS ADOLESCENTI  
Insicurezze, emozioni,  
amicizie, linguaggio del  
corpo, intelligenza  
emotiva, sesso, droga,  
alcol. Manuale pratico  
per genitori ed  
educatori

CERCASI GENITORI  
DISPERATAMENTE  
Come aiutare i figli  
adolescenti a  
sconfiggere le  
dipendenze da droghe,  
cibo, alcol, internet

✓ **DIPENDENZE DAL  
MONDO:**  
Uso improprio di  
farmaci negli USA

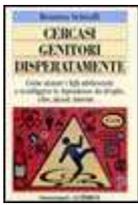
## APPUNTAMENTI

Padova, 15 Maggio 2019  
I MODELLI ORGANIZZATIVI  
PER LA PRESA IN CARICO  
DEL CONSUMATORE DI  
SOSTENZE CO-MORBILE  
NEI SER.D.: Strumenti,  
procedure e outcome nel  
management clinico e  
gestionale

Info: [www.federserd.it](http://www.federserd.it)



Newsletter a cura di  
Alba Russo, Andrea  
Cagioni, Mariella Orsi



## CERCASI GENITORI DISPERATAMENTE

Come aiutare i figli adolescenti a sconfiggere le dipendenze da droghe, cibo, alcol, internet

Rosanna Schiralli

Esistono tante dipendenze perché i giovani esprimono tanti bisogni inevasi e tante difficoltà nel gestire la propria vita. L'estremo bisogno di identità e l'incapacità ad affrontare le normali incombenze della vita spingono gli adolescenti a trovare soluzioni parziali, veloci, spesso estreme.

E' come se, non riuscendo ad essere registi della propria vita, quote crescenti di giovani e giovanissimi, delegassero all'esterno il controllo e la gestione delle proprie pulsioni, emozioni, sensazioni, decisioni e comportamenti.

**Gli adolescenti hanno bisogno di stampelle** (le droghe) perché nessuno ha insegnato loro a camminare bene. Hanno bisogno di crearsi un padrone (il cibo, internet, i video poker, il partner da cui dipendere) in quanto sentono l'angosciosa mancanza di qualcosa in grado di riempire il vuoto. Nell'uno e nell'altro caso (le stampelle e il padrone) **manca l'autonomia**. Sembra infatti che un numero sempre maggiore di ragazzini e ragazzine raggiunga l'adolescenza senza le necessarie competenze per affrontarla e viverla bene.

**Bassa autostima, incapacità di costruire e mantenere rapporti intensi, inibizione, difficoltà a gestire il tempo e altre angosciose sensazioni** spingono i giovani a ricercare rimedi immediati al malessere percepito.

I giovani si ammalano di dipendenza perché **hanno paura**. Ed hanno paura perché i grandi non insegnano più loro il coraggio, la capacità di desiderare, di progettare, di affrontare, di costruire.

Con la scusa che i bambini devono pur essere impegnati in qualche attività si assiste generalmente a un'imponente delega educativa: dopo la scuola molti bambini vengono "deportati" presso palestre, piscine, scuole di musica ...per essere poi ricondotti a casa verso sera quando, tutti stanchissimi, si riesce a stento a guardare la televisione in silenzio (genitori) o a sostare passivamente davanti alla Play Station (i figli).

In questa situazione i bambini non imparano a gestire il proprio tempo interno; non riescono a sintonizzarsi con i propri bisogni e le proprie emozioni; hanno difficoltà a riconoscere la propria gratificazione, a gestire la noia, ad affrontare le frustrazioni, a relazionarsi con chi è vicino. Non riuscendo a sviluppare queste competenze, **i bambini crescono rimanendo dipendenti dal mondo esterno** in quanto insicuri circa le proprie capacità di sentire, percepire, relazionarsi. Quando i bambini raggiungeranno l'adolescenza, la ricerca di autonomia, il confronto e la ricerca di novità, la vulnerabilità "contratta" durante gli anni dell'infanzia si evidenzierà in tutta la sua drammaticità.

L'incapacità di gestire il tempo sarà per lo più vissuta come noia insopportabile; la difficoltà a decodificare le emozioni produrrà inibizione e paura; le frustrazioni diventeranno impedimenti da evitare a tutti i costi e a qualsiasi prezzo.

La **reazione sembra del tipo causa-effetto**: ad una caduta di genitorialità corrisponde una caduta, più o meno accentuata di **adulità nei giovani**; ad una difficoltà di dire "no" e mettere confini ai figli corrispondono comportamenti adolescenziali caratterizzati da eccessi e disistima.

Secondo l'autrice, se è vero che non si può insegnare l'empatia, è vero che si possono recuperare alcune regole da proporre per una migliore relazione con i figli e quindi per un loro sano sviluppo.

**Una buona relazione educativa**, sottolinea l'autrice, **implica necessariamente, oltre all'ascolto e l'affetto, il contenimento: solo all'interno di regole ben definite sono possibili dialogo, contatto, intimità e complicità**.

Il volume fornisce a genitori, insegnanti ed educatori in genere, alcuni spunti di riflessione utili a rendere i ragazzi più sicuri e più forti, in grado di affrontare con competenza ed autonomia la loro vita.

Il volume è disponibile presso il Cesda : Coll. P 198

## DIPENDENZE DAL MONDO

### USO IMPROPRIO DI FARMACI NEGLI USA

Un'indagine su scala nazionale del SAMHSA, l'ente federale USA che si occupa di dipendenze e di salute mentale, ha approfondito la questione cruciale dell'**uso improprio di farmaci**. Ritenuta da molti studiosi e medici una delle cause principali dell'**epidemia di decessi legati ai farmaci oppiacei**, il rapporto del SAMHSA analizza alcuni aspetti chiave del problema. In particolare, viene indagato l'uso e l'uso improprio di **4 categorie di farmaci: tranquillanti, sedativi, stimolanti e anti-dolorifici**. Il **campione di riferimento** per l'indagine, riferita all'anno 2015, è di poco più di **51.000 adulti**. Di seguito, vengono riportate le principali informazioni raccolte per queste 4 categorie: 1) circa 91.8 milioni di adulti hanno usato nel 2015 anti-dolorifici, pari a poco più di 1/3 della popolazione adulta. Di questi, circa 11.5 milioni hanno, almeno una volta nel 2015, usato in modo improprio gli antidolorifici. La causa più comune di questo comportamento è legata al desiderio di alleviare il dolore fisico (63,4%), seguita dal desiderio di stare bene/alterarsi (11.7%). Sono stimati in 5.7 milioni gli adulti che hanno fatto uso improprio di tranquillanti almeno una volta nel corso dell'anno. Le due cause più comuni sono il bisogno di rilassarsi (46.2%) e di dormire bene (21.2%). Circa 4.8 milioni di adulti hanno fatto uso improprio di stimolanti; le tre motivazioni più diffuse sono un aiuto per essere svegli e vigili (28.4%), per aiutare la concentrazione (26.2%) e per studiare (22.4%). Infine, per quanto riguarda i sedativi, l'uso improprio ha riguardato 1.4 milioni di adulti nel 2015, dovuto perlopiù al bisogno di dormire bene.

In conclusione, nel commento finale ai dati i ricercatori affermano che: "Questo studio sottolinea che molte delle persone che fanno un uso improprio di farmaci lo fanno per la semplice ragione che le sostanze sono prescritte da un medico, e se comparate (agli utilizzatori totali) **sono poche quelle che lo fanno per provare a essere alterate**. Tuttavia, **l'uso improprio di molti di questi farmaci, come gli oppioidi, anche per gli scopi per i quali sono stati prescritti, presenta rischi documentati quali la dipendenza, l'overdose e il decesso**". Ricerche precedenti sull'argomento indicano che le due fonti più utilizzate nel caso di antidolorifici di cui viene fatto un uso improprio sono amici o parenti, oppure regolari prescrizioni o fornitori del sistema sanitario.