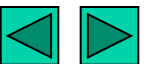


# La prevenzione: Fattori di rischio, di protezione e resilience



# Fattori di rischio nell'infanzia e conseguenze sulla salute a lungo termine

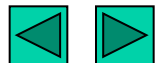
---

The ACE (Adverse Childhood Experiences) Study (USA)  
Studio retrospettivo su 10.000 uomini e donne

7 categorie di fattori di rischio nell'infanzia/adolescenza: violenze fisiche, psicologiche o sessuali, violenze contro la madre, genitore tossico-dipendente, in prigione o con problemi mentali.

8,5% delle donne e 4% degli uomini riportava 4 o più fattori di rischio

Donne e uomini che riportano 4 o più fattori di rischio nell'infanzia -> rischio maggiore di: alcolismo, abuso di sostanze, depressione e tentato suicidio; fumo, assenza di attività fisica, obesità; malattie cardiovascolari, tumori, insufficienza respiratoria, fratture e malattie del fegato (Felitti et al., 1998).



# Fattori di rischio nell'infanzia e fattori di protezione -> resilience

---

Capovolgere la prospettiva: Fattori di protezione e "sviluppo positivo"

**Resilienza:** Un processo dinamico che permette un adattamento positivo, anche in un contesto avverso

"Overcoming the Odds" (Hawai, Usa) (Werner & Smith, 1992)

Campione di 698 bambine/i bambini nate/i nel 1955, in situazioni di "alto rischio":

Fattori di rischio:

- Madre sola o molto giovane
- Povertà cronica
- Problemi perinatali



I bambini sono stati valutati ripetutamente, con indicatori e strumenti diversi (osservazioni, test, questionari, riscontri oggettivi), a 1, 2, 10, 18, 32 e 40 anni

⇒ **ricerca multi-metodo, longitudinale (prospettiva)**

**A 18 anni,**

- **2/3** manifestavano dei problemi: per esempio, a 10 anni problemi di apprendimento e di comportamento; a 18 anni, atti di delinquenza, disagio psicologico, gravidanza precoce
- **1/3** se la cavava bene ⇒ **resilienti** ⇒ fattori di protezione

Una chiave di lettura: il modello ecologico



## Fattori protettivi a livello individuale (in interazione con l'ambiente)

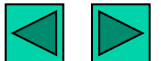
Da neonati: affettuosi (cuddling); facili per il sonno e l'alimentazione

A due anni: più amichevoli, socievoli; migliore linguaggio e sviluppo motorio e maggiori abilità di self-help

A 10 anni : Q.I. elevato, migliori competenze sociali e scolastiche (lettura)

Amichevoli; almeno 1 "talento speciale"

A 18 anni: locus of control interno / self-efficacy (Bandura)



### Fattori protettivi a livello familiare

- Almeno un adulto equilibrato, competente e "supportivo" (di solito un "sostituto parentale"), soprattutto se dello stesso sesso della bambina/o (modeling, Bandura)
- Buon livello di istruzione del/i genitore/i
- Non più di 4 fratelli o sorelle
- Madre con un lavoro pagato
- Famiglie religiose o con credenze spirituali



## Fattori protettivi a livello familiare

### Modelli di genere contro-stereotipici

- Soprattutto per i maschi : Presenza di regole nella vita familiare, di una struttura; ma anche espressione delle emozioni, dell'affettività
- Soprattutto per le femmine: enfasi sull'autonomia



## Fattori protettivi a livello di comunità

- Altri adulti che si prendono cura e si interessano al/la bambino/a al di fuori della famiglia; capacità di cercare questi sostegni
- Relazione con un partner





### "The last chance" : occasioni di "recupero" nella maturità (32-40 anni)

Adolescenti problematici: nella maturità ⇒ Si aprono nuove opportunità:

- Continuare gli studi (anche nelle forze armate)
- Relazione di coppia stabile (spesso secondo matrimonio)
- Aderire attivamente a una religione, con partecipazione comunitaria
- Sopravvivere a una malattia o incidente grave
- Psicoterapia (per ultimo in ordine di importanza)

Quali caratteristiche? Persone attive (agency), socievoli, sostegno sociale (Werner e Smith, 1992; Werner, 2005)



I fattori protettivi assumono tutta la loro importanza nel contesto di situazioni di rischio

Oltre la prevenzione, lo "sviluppo positivo":

- Strategie di coping
- Potenzialità
- "Thriving": crescita positiva, nonostante eventi di vita negativi
- Circoli virtuosi (versus circoli viziosi)



# La teoria socio-cognitiva di Albert Bandura (1925)

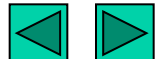
---

Modellamento, apprendimento per osservazione,  
apprendimento sociale

Il comportamento aggressivo può essere appreso per imitazione (bambola Bobo):

- Somiglianza prestazione
- Somiglianza con il modello
- Competenza del modello
- Rinforzo positivo comportamento aggressivo
  
- Inoltre: meccanismo dell'identificazione

Con lo stesso meccanismo si possono imparare comportamenti positivi



# La teoria socio-cognitiva di Albert Bandura

---

- Agentività umana (human agency) agire sul contesto in maniera trasformativa, convinzione di poter influenzare il contesto ⇒ Interazioni tra: fattori personali interni; comportamento; contesto
- Auto-efficacia percepita

Fonti esperienziali:

- esperienze comportamentali dirette
- esperienze vicarie e di modellamento
- l'influenza sociale, la persuasione verbale
- gli stati fisiologici ed affettivi



# La teoria socio-cognitiva di Albert Bandura

---

La valutazione della propria auto-efficacia richiede la conoscenza sia delle proprie capacità sia del tipo di abilità richieste per la specifica prestazione

Cinque capacità di base:

- di simbolizzazione
- capacità vicaria
- di previsione
- di autoregolazione
- di autoriflessione
- ⇒ ruolo proattivo, selettivo e trasformativo nei confronti dell'ambiente.

