

## SCHEDA ATTIVITA'

### FATTORI DI RISCHIO FATTORI DI PROTEZIONE

#### Premessa

Questa attività affronta il problema dell'uso di alcol e fumo e dei fattori che possono favorirlo o proteggerci. Il messaggio che si vuole trasmettere con questa attività è che ci sono alcuni fattori che aumentano la probabilità di mettere in atto comportamenti (alcol, fumo) che non fanno bene alla nostra salute e possono dare dipendenza e per contro altri fattori che proteggono. È importante spiegare che i fattori di rischio e i fattori di protezione non consentono di prevedere con assoluta certezza alcun tipo di comportamento. L'obiettivo generale è quello di indurre gli alunni a riflettere sui modelli sociali e sulla loro influenza sul comportamento.

#### Introduzione all'attività

Sappiamo che bere alcolici, fumare sigarette fa male alla salute. Eppure vediamo persone farne uso. Perché lo fanno? Quali sono i rischi a cui si espongono? E ancora più importante, come possiamo proteggerci da tali rischi?

Spiegare che ci sono molti fattori che influenzano l'uso. Esistono tre categorie fondamentali di influenza sull'uso di qualsiasi tipo di sostanza.

- Influenza personale/ psicologica (esempio: voler sperimentare qualcosa che non si conosce)..
- Influenza sociale e ambientale (esempio: non voler perdere gli amici anche se bevono alcol, oppure si può fare riferimento alla disponibilità di alcol e sigarette).
- Influenza fisica (esempio: i bambini e i ragazzi, che sono in fase di sviluppo, possono avere più danni da fumo e alcol).

Chiedete agli alunni di fare alcune affermazioni sui fattori che portano al consumo di alcol e fumo in base a ciò che hanno letto, visto o conoscono. Si tratta di quelli che vengono definiti "fattori di rischio". Adesso chiedete di fornire alcuni esempi di come le persone si astengono dal bere o evitano di bere in quantità eccessiva o si astengono dal fumo. Si tratta di quelli che vengono definiti "fattori protettivi".

Sintetizzate le tre forme di influenza e chiarite che ciascun tipo di influenza può essere sia un rischio sia una protezione

#### Svolgimento dell'attività

Dividete la classe in tre gruppi (fatevi aiutare dalla/dal docente). Assegnate a ciascun gruppo un comportamento (es. alcol, sigarette tradizionali, sigarette elettroniche) e consegnate la scheda. Invitate i gruppi a confrontarsi per trovare fattori di rischio e di protezione per il comportamento assegnato e riportarli sulla scheda. Date un tempo (es. 10 min) e chiedete di scegliere un portavoce.

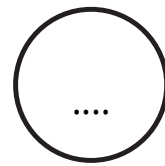
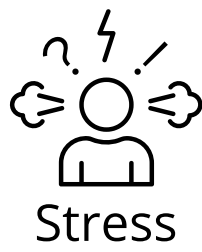
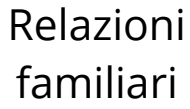
Alla fine del tempo su un cartellone verranno riportati i diversi fattori di rischio e protezione individuati da ciascun gruppo, chiedendo le motivazioni delle loro scelte. Si analizzeranno i fattori comuni. Nella discussione si può evidenziare che a seconda delle circostanze alcuni fattori possono essere una protezione o un rischio. È inoltre importante sottolineare che i rischi non sono un destino e la protezione non è una garanzia.

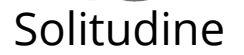
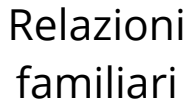
Domande spunto per la discussione:

- perché le persone non bevono alcol (o non usano tabacco e altre sostanze)?
- perché alcuni bevono senza ubriacarsi?
- Quindi cosa si può fare per proteggersi dal rischio di iniziare a fumare sigarette o bere alcol in eccesso?

#### Per concludere:

Si può chiedere ad ogni gruppo di disegnare un personaggio (anche di fantasia) che presenta forti fattori di protezione

[illegible]

[illegible]