COPIA AD USO PERSONALE
RIPRODUZIONE VIETATA

Vita Nuova, 5 marzo 2010, pag.6

2° appuntamento del corso di formazione proposto dall'Uciim

Una vita piena è il miglior deterrente all'uso di sostanze

Il concetto di dipendenza investe un plesso di relazioni ben maggiore di quanto solitamente si pensa, l'uso di alcool e droghe non è che una delle sue manifestazioni. I tossicodipendenti suscitano meno compassione di altre categorie, perché si ritiene "se la siano cercata"; per certi versi è vero, ma si comprende meglio la loro situazione guardandoli all'interno della società in cui sono inseriti: in ogni gruppo ci sono dei ruoli, e come c'è il leader, c'è il capro espiatorio. Ai tossicodipendenti è assegnata quest'ultima parte. La loro dipendenza non è però troppo diversa dalle nostre. Lo ha spiegato brillantemente la psicoterapeuta Raffaella Bellen al secondo appuntamento del corso di formazione per insegnanti proposto dall'Uciim venerdì 26 febbraio e introdotto dalla presidente Marina Del Fabbro.

Alcuni dati inquietanti: il 60% dei triestini minori di vent'anni è passato almeno una volta al Sert; Trieste è tra le città in Italia con la maggior percentuale di fumatrici; il Friuli Venezia Giulia è la prima regione per consumo di alcool in Italia, Paese al secondo posto al mondo. La dipendenza da sostanze legali, ma nocive, è dunque largamente accettata: non ci si sofferma a pensare che bere vino ad ogni pasto è un comportamento da alcolisti. Similmente, chi assume droghe spesso non ne conosce gli effetti, in certi casi davvero devastanti. È difficile educare gli adolescenti in un contesto che non prende sul serio la pericolosità delle dipendenze.

La dipendenza è definita come uno stato di subordinazione a cose, persone o sostanze: l'individuo non vive avendo il centro dentro di sé. La dottoressa Bellen ha citato il caso di un tredicenne che trascorreva una media di nove ore al giorno giocando alla Playstation; quando suo padre l'ha chiusa a chiave nell'armadio, l'ha sfondato a martellate. Non poteva più farne a meno: credeva che la sua felicità dipendesse da quello e da quello soltanto. L'innamorato deluso che si uccide è un altro esempio dell'incapacità di trovare il senso dentro di sé. Dipendere è una condizione per certi versi fisiologica: infatti si nasce completamente soggetti alla madre. Si può dunque intendere la crescita come il percorso per la conquista dell'autonomia.

Essendo l'incontro rivolto principalmente ad insegnanti, s'è parlato degli adolescenti, che si trovano proprio in quella fase della vita nella quale la ricerca dell'indipendenza si rivela a volte anche drammatica. Per quanto il loro aspetto fisico possa talora ingannare, sono ancora inconsapevolmente subordinati in molte relazioni asimmetriche, in famiglia, a scuola: il giudizio di un adulto è dunque capace di incidere profondamente sulle loro scelte, magari scatenando reazioni aggressive. Sta all'adulto sapersi far ascoltare e trasmettere esempi positivi; sta al genitore e all'insegnante far scoprire al ragazzo le proprie potenzialità, mostrargli che vale, che non è da meno degli altri. È stato dimostrato che i soggetti maggiormente motivati, con obiettivi ambiziosi, sono meno soggetti alle dipendenze; la tensione ideale a raggiungere i propri scopi toglie il tempo per bere e drogarsi. Chi vola basso, cade prima. Preghiera e riflessione mantengono a buoni livelli la dopamina, una sostanza che dà sensazione di benessere, per un periodo anche di venti giorni: un record, pare. Una vita piena, una vita di slanci e ideali è dunque il miglior deterrente all'uso di sostanze. Lo tenga presente chi ha a che fare con dei ragazzi.

Andrea Dessardo