

Abitudini sociali o dipendenze? Educazione e responsabilità.

(di Antonio Zanardo)

L'accezione comune del termine *dipendenza* si riferisce a qualcosa di negativo, malsano, da cui mantenere le distanze. E' tuttavia scorretto considerare la dipendenza unicamente da questo punto di vista, in quanto si rischia di oscurare il fatto che essa, in determinate condizioni, è per la persona un vero e proprio passaggio verso l'autonomia. Non solo è una ben definita fase della crescita, ma è una modalità che, in caso di difficoltà, viene messa in atto al fine di recuperare abilità e benessere. Non è quindi la dipendenza in sé a rappresentare qualcosa di negativo, ma la modalità, il contesto e soprattutto i fini per cui viene adottata. Sappiamo ad esempio che la mancata sperimentazione di una buona dipendenza in età evolutiva suscita sentimenti molto forti e importanti disfunzioni nella sfera della personalità. Diversi autori conosciuti, fra cui J. Bowlby, hanno speso la gran parte della loro carriera per dedicarsi allo studio dell'evoluzione umana, dimostrando la necessità di sperimentare relazioni di dipendenza significative al fine di una corretta strutturazione personale. Non è un caso che tutte le forme di terapia conosciute passino attraverso quella strada. La dipendenza patologica viene momentaneamente sostituita da una figura di riferimento (terapeuta, educatore, assistente sociale, ecc.) al fine di ripercorrere il percorso di svincolo. Anche un percorso di riabilitazione per un tossicodipendente, in fondo, si basa sullo stesso principio. Da un'autonomia violata e irresponsabile, sfociata nell'abuso e nella devianza, al ripristino di una dipendenza sociale (dalla famiglia o dalla stessa comunità) per ripercorrere i tratti salienti del percorso di autonomizzazione personale. La persona deve dipendere da altri, rimettersi in gioco, per ristabilire un equilibrio e scoprire nuove modalità di comportamento. Occorre che il bisogno soddisfatto attraverso la dipendenza trovi risposte diverse e più funzionali. E' una sorta di nutrimento metaforico, a questo punto finalizzato all'acquisizione di strumenti necessari per operare buone scelte per sé. La dimensione del prendersi cura, se pur in modi a volte molto diversi tra loro, ripropone un percorso evolutivo molto preciso e conosciuto, dove la sperimentazione di relazioni sane, la graduale responsabilizzazione, la costruzione di una forma di pensiero indipendente, costituiscono la base di un'identità solida. Troviamo questa condizione in mille occasioni della vita. Come uno studente dipende dall'insegnante, un impiegato dipende dal datore di lavoro, un paziente dal proprio medico, e così via. Non possiamo certo considerare queste circostanze come negative, proprio perché sono finalizzate al raggiungimento di uno stato evoluto. Per poter assolvere a questo scopo le dipendenze devono quindi necessariamente essere transitorie. Così uno studente impara a leggere, scrivere ed esprimersi per potersi muovere nel mondo, proprio come un lavoratore utilizza la professione per la sua emancipazione¹ o come un paziente impara a prendersi cura di sé, ad avere certe attenzioni e a operare determinate rinunce per salvaguardare la propria salute.

Diverse forme di dipendenza

Se possiamo concordare che l'autonomia rappresenta pertanto l'apice dell'auto-realizzazione, non è detto che tale processo sia sempre lineare. Vi sono una quantità infinita di variabili e di condizioni che producono risultati diversi. Vediamo figli cresciuti dagli stessi genitori sviluppare personalità e comportamenti del tutto differenti, oppure persone traumatizzate che hanno, nonostante tutto, sviluppato un elevato senso di responsabilità e autostima. Non vi è, in sostanza, una spiegazione razionale che possa associare la causa all'effetto. La più importante di queste

¹ Oltre a percepire un compenso per i suoi sforzi, che gli consente autonomia economica, egli si avvantaggia di un'identità sociale riconosciuta e di una condizione integrata nel contesto in cui vive. La perdita del lavoro, per esempio, viene vissuta come un fallimento sociale, in quanto vengono a mancare i presupposti di appartenenza ad una comunità.

variabili è il soggetto, la persona, il modo di vivere le emozioni, di organizzarsi, di intraprendere percorsi. La ricerca dell'autonomia e dell'auto-realizzazione è una strada tortuosa, difficile e molto impegnativa, nonché condizionata dalla possibilità di adottare abitudini² che costituiscano una sorta di scorciatoia alla soddisfazione dei propri bisogni. Se una persona non ha imparato a chiedere le cose di cui ha bisogno molto probabilmente svilupperà la tendenza a pensare che siano gli altri a dover comprendere cosa gli serve. La soddisfazione delle proprie necessità è vincolata alla capacità altrui di saperle cogliere. Nello stesso modo un bambino a cui non viene mai negato nulla, si convincerà che tutto gli è dovuto. Ogni *no* sarà vissuto con frustrazione e come un rifiuto personale. Sono due esempi di dipendenza relazionale, che esplicitano quanto sia complesso e articolato il raggiungimento dell'autonomia.

Ogni persona è spinta a mettere in atto le strategie che meglio conosce, anche quando è consapevole che i comportamenti adottati non sono del tutto corretti, o addirittura sono estremamente dannosi per sé. Se fosse un processo governato dalla ragione otterremmo delle risposte molto più coerenti con la realtà. Perché una persona estrae dalla tasca un pacchetto di sigarette in cui è scritto a chiare lettere **“Il fumo ostruisce le arterie e provoca infarti e ictus”** e ne accende una? E' così tanto diverso dal bisogno che spinge un tossicodipendente a usare sostanze stupefacenti rischiando l'overdose o dei danni cerebrali permanenti? Qual è la reale differenza? E, per le stesse ragioni, sono così tanto diversi lo shopping compulsivo, il gioco d'azzardo, la dipendenza da internet o dall'agire una moltitudine di altri comportamenti dannosi? Potremmo disquisire sui fattori di rischio, sui tempi più o meno lunghi dell'autodistruzione, sulla dimensione compulsiva e sulla pericolosità di una dipendenza rispetto ad un'altra, ma in ogni caso non verremmo a capo del problema. Vi sono necessità che prevalgono sui rischi, secondo un ordine del tutto illogico. Anche l'autolesionismo, in fondo, è governato da una spinta motivazionale orientata a soddisfare una necessità. Il paradosso del suicida è che egli ha la convinzione di trarre un vantaggio dalla propria morte e che la sua scelta è la migliore possibile. Diventa pertanto un problema di rapporto fra costi e benefici, dove i benefici non hanno per nulla una spiegazione coerente, ma si riferiscono alla dimensione psicologica legata alla *rappresentazione*³ di uno stato di benessere. La questione di fondo è che una persona per raggiungere uno stato di appagamento - apparente o meno che sia - ha bisogno *sistematicamente* di un oggetto (sostanza, computer, affetto, ecc.) esterno a sé, il che significa che non gode della capacità necessaria per soddisfare quel determinato bisogno in altro modo. La tendenza *sistematica* distingue ad esempio i fumatori (anche di hashish), i bevitori o i giocatori abituali da quelli occasionali, ovvero le persone che non manifestano un'abitudine precisa in tal senso, ma che saltuariamente ricorrono a sostanze o a comportamenti, in genere legati a momenti di socializzazione.

I danni procurati dalle dipendenze patologiche

Socialmente alcune cattive abitudini, o dipendenze, vengono tollerate e accettate, a tal punto che una nazione autorizza la distribuzione e la vendita di prodotti dannosi per la salute, reinvestendo parte dei proventi in spese sanitarie per la cura delle malattie causate dai prodotti stessi⁴. Nel nostro paese vengono consumate mediamente 140.000.000 di sigarette al giorno⁵ da oltre 10.000.000 di

² Comportamenti routinari, rituali e ripetitivi che spesso si configurano come forme di dipendenza.

³ Il concetto di rappresentazione è relativo a una visione soggettiva del mondo, ovvero al modo in cui la realtà viene percepita e interiorizzata al di là della effettiva articolazione degli eventi. Ad esempio: il fumo provoca il cancro, ma il beneficio psicologico ricavato dalla dipendenza da nicotina è percepito come superiore alla paura di contrarre la malattia.

⁴ In Italia muoiono ogni anno circa 80.000 persone per malattie provocate dal tabagismo. Fonte: Ministero della Salute.

⁵ Fonte: rapporto 2012 dell'Istituto Superiore di Sanità.

fumatori. Ciò significa che, calcolando una media di 3,50 euro a pacchetto, possiamo stimare una spesa complessiva intorno ai 9 miliardi di euro l'anno. La situazione del gioco d'azzardo è ancora più inquietante. Nel solo 2011 gli italiani hanno speso 76 miliardi di euro⁶ in giochi d'azzardo che, considerando le vincite, hanno comportato per lo stato un introito in tasse per circa 8 miliardi di euro. I messaggi sui pacchetti di sigarette, nelle pubblicità degli alcoolici e del gioco d'azzardo, sono di per sé paradossali. La società, e lo stesso governo, autorizzano la possibile autodistruzione, ma invitano i cittadini a giocare, bere e fumare "con moderazione". Si tratta di una strategia ben lontana dalla responsabilità sociale. L'esempio del fumo, a cui potrebbe essere aggiunto il consumo di bevande alcoliche⁷ o quello di droga⁸, forniscono un fotogramma ben preciso di un vero e proprio mercato della dipendenza.

Laddove vi sono dei bisogni latenti, più o meno conosciuti, compaiono varie tipologie di offerta che mirano a rendere appetibili i prodotti immessi nel mercato. In fondo la pubblicità si occupa proprio di suscitare il desiderio dell'acquisto e il prodotto non è altro che un mezzo per soddisfare un bisogno. Ciò che viene acquistato è il marchio, che rappresenta l'appartenenza a un preciso status sociale, o la soddisfazione di una necessità. Scopriamo così che non abbiamo comperato un caffè pregiato, ma il suo aroma e il piacere di berlo; non la fragranza di un profumo, ma il sex appeal; non un gioiello, ma la bellezza dopo averlo indossato; non un'automobile, ma il potere di essere alla guida di un mezzo più grande e potente degli altri. Il prodotto è aleatorio, funzionale al beneficio. Cosa acquista veramente un tossicodipendente? Il principio attivo della sostanza oppure il piacere, la spontaneità, la socializzazione, la disinibizione e la perdita del controllo⁹? In questo senso non vi è alcuna differenza fra legalità e illegalità, in quanto il commercio si basa sugli stessi meccanismi economici di domanda e offerta. Il fatto che gli stupefacenti siano illegali non varia gli equilibri, ma aumenta la difficoltà tecnica legata alla diffusione e distribuzione. Il piano della legalità costituisce unicamente un parametro sociale, che legittima un determinato commercio e ripulisce con un solo colpo di spugna la coscienza collettiva da eventuali responsabilità.

Quando gli effetti della dipendenza vengono percepiti come pericolosi

Ad osservare i criteri secondo cui alcune sostanze e relative dipendenze vengono tollerate, sembra che l'importanza maggiore non venga infatti attribuita alla sua pericolosità oggettiva¹⁰, quanto alla pericolosità sociale di chi ne abusa. Le azioni di un alcoolista, un tabagista, un giocatore d'azzardo, ecc., hanno un bassissimo impatto sociale. Il danno è circoscritto alla sfera personale o al massimo si allarga a quella familiare. L'intolleranza scatta nel momento in cui si esce da quest'area. E' interessante notare l'improvviso irrigidimento del codice della strada in materia di tolleranza del tasso alcolico nel sangue, nel momento in cui il consumo eccessivo di alcool è uscito prepotentemente dalla sfera privata per diventare un problema della collettività. L'evento scatenante non è stato l'abuso di alcoolici, ovvero il problema della dipendenza, ma il crescendo di incidenti stradali causati da guidatori ubriachi. La stessa cosa è accaduta anni orsono con l'introduzione del divieto di fumo negli uffici e locali pubblici. Si è aderito, con il contributo dell'Organizzazione

⁶ Fonte: relazione al parlamento del 2011 a cura del Dipartimento Politiche Antidroga.

⁷ La stima dei decessi per malattie alcool-correlate in Italia ammonta a 20.000 morti l'anno. Fonte: Istituto Superiore di Sanità, rapporto 2011.

⁸ I decessi per droga in Italia risultano essere circa 500 ogni anno; numero dimezzato rispetto al 1999. Fonte: rapporto annuale al Parlamento del Dipartimento per le Politiche Antidroga, anno 2010.

⁹ Questo concetto dovrebbe chiarire il fatto che eliminare l'oggetto transazionale non significa eliminare il bisogno, ma semplicemente stimolare la ricerca di un nuovo oggetto che possa assolvere alla stessa funzione.

¹⁰ Altrimenti le droghe sarebbero legali, visto che costituiscono una percentuale minima dei decessi rispetto ad alcool e tabacco.

Mondiale della Sanità, a standard sanitari basati su dati circa i danni da consumo di tabacco, varando una legge che protegge e difende la collettività, a scapito del singolo soggetto a cui è consentito perseverare nella dipendenza a condizione che non crei un danno sociale. E' chiaro che questo genere di normative agiscono anche come deterrente, ma permane l'ambivalenza sull'assunzione della responsabilità effettiva.

Tossicodipendenza, legalizzazione e criminalità

La questione della tossicodipendenza è legata proprio all'impatto sociale. I consumatori di droghe pesanti delinque e interagisce in modo deviante con la società. Oltre a questo, attraverso il suo comportamento, alimenta un mercato illegale di 25 miliardi di euro l'anno. L'aspetto dell'illegalità è da sempre una delle bandiere dei cosiddetti antiproibizionisti, a sostegno del principio che alla legalizzazione dell'offerta corrisponda necessariamente una diminuzione della domanda. Una delle citazioni preferite è l'esempio del proibizionismo adottato negli U.S.A. prima della liberalizzazione del mercato dell'alcool¹¹. Vi sarebbero diverse questioni, nonché problemi tecnici da affrontare, circa la filosofia antiproibizionista, che vanno dagli accordi necessari con i paesi produttori di stupefacenti (ove di norma le droghe sono fra l'altro illegali), alla qualità delle sostanze, alla distribuzione, eccetera. Se pur la somministrazione controllata di eroina ha avuto un discreto successo, ciò non significa che possa essere attuata nei confronti di tutte le sostanze. Il cocainomane, ad esempio, vuole interagire e non rimanere da solo. I consumatori di ecstasy o droghe psichedeliche vogliono andare in discoteca. Non scordiamo il presupposto di base, ovvero che l'assunzione di una sostanza stupefacente ha l'obiettivo di suscitare un maggiore senso di adeguatezza personale e sociale. La droga e la dipendenza in genere sono un mezzo, non un fine. I tossicomani di oggi non si rinchiodano in un ambulatorio a godersi gli effetti della sostanza, oltre al fatto che molti di loro lavorano e hanno una vita sociale. Dovremmo essere pronti ad accettare, se non altro per coerenza, che il maestro dei nostri figli, il nostro medico, il collega di lavoro con cui condividiamo la scrivania, usino droga. Una sostanza legale non dovrebbe presupporre l'emarginazione dei soggetti che la utilizzano. Diversi anni fa, durante un convegno mondiale sulla droga in Canada, un medico disquisì sulle conseguenze della legalizzazione e concluse con questa frase: *“Se dovessi scoprire che il pilota dell'aereo su cui sto volando è con cocainomane, pregherei che ne abbia abbastanza sino alla fine del viaggio”*.

Si sostiene che la legalizzazione renderebbe meno attraenti le sostanze stupefacenti, privandole di quella componente trasgressiva che vi è alla base del consumo. Anche ammesso che fosse così, non è eliminando l'oggetto della trasgressione che si risolve il bisogno di trasgredire, ma casomai creando un'alternativa alla trasgressione stessa. In ultima analisi si ritiene che la legalizzazione tolga introiti alle organizzazioni criminali, diminuendone il potere nel territorio. Rendendo lecite le sostanze esse rimarrebbero senza parte del loro business. La mafia, come d'altronde tutte le organizzazioni criminali, ha nel tempo differenziato gli investimenti in maniera scientifica e manageriale, dimostrando enormi capacità imprenditoriali. La differenziazione dell'offerta è una delle strategie di mercato più efficaci. Immettere nel mercato più droghe aumenta la possibilità di acquisire nuova clientela. Abbiamo assistito a questo fenomeno recentemente a proposito del mercato del gioco d'azzardo. Esiste tuttavia un mercato parallelo dei farmaci¹², come del metadone, come del gioco d'azzardo, ma ancora più pericolosa è l'infiltrazione mafiosa in attività lecite. Non possiamo dimenticare la vicenda di un noto imprenditore che per anni ha gestito

¹¹ In USA le morti in seguito a malattie alcool correlate ammontano comunque a circa 75.000 l'anno.

¹² In oltre 100.000.000 di siti web è possibile acquistare Viagra. Il fatturato mondiale dei farmaci clandestini ammonta a oltre 300 miliardi di dollari americani l'anno.

il gioco d'azzardo per conto dei Monopoli di Stato, condannato per mafia e riciclaggio di denaro sporco. Il gioco legale veniva utilizzato per ripulire denaro di provenienza illecita.

E' la creazione dell'alternativa a rappresentare un vero e proprio potere commerciale. A fronte di una sostanza legale si immette nel mercato una sostanza di qualità superiore a minore costo, oppure si propone qualcosa di nuovo. Le regole di mercato impongono flessibilità e innovazione. Se le sigarette fossero messe al bando le società che ora le producono chiuderebbero i battenti? Difficile crederlo. Più probabilmente reinvestirebbero il loro know how in un business differente. I fumatori, dal canto loro, passerebbero con ogni probabilità ad altro. Nello stesso modo pare profondamente riduttivo pensare che togliendo il traffico di droga alla criminalità organizzata, pur essendo corretto in linea di principio, questa se ne starebbe con le mani in mano. Sono meccanismi complessi e di difficile soluzione tecnica, tuttavia sono principi che li regolano a essere confusi.

La prevenzione: far emergere e utilizzare risorse in modo costruttivo

Sono molto chiari i concetti di disagio e devianza, così come quello di cura. Non possiamo dire altrettanto per la prevenzione. Prevenire non significa eliminare l'offerta, ma affrontare le motivazioni che sottendono la domanda. Per anni si è pensato che fare prevenzione all'abuso di droga volesse dire fare informazione. La maggior parte dei tossicodipendenti fra gli anni '70 e '80 hanno iniziato a consumare sostanze con una perfetta conoscenza degli effetti e dei rischi superiori a quella di un normale medico di famiglia. Persino la scelta della droga era determinata da questo. E' davvero sufficiente informare per suscitare un desiderio di cambiamento? Lo stesso potremmo dire per le altre dipendenze, dove la dissuasione o la repressione non possono essere considerati gli strumenti primari per smuovere la motivazione personale. La responsabilità sociale è rappresentata dalla capacità di far fronte alla persona nella sua totalità, con pregi e difetti, ma soprattutto considerando i bisogni che la caratterizzano. E' deprimente assistere alla chiusura di servizi pubblici e privati per mancanza di risorse economiche e vedere persone abbandonate a loro stesse. Anche se è chiaramente impossibile una presa in carico totale, manca l'educazione a far fronte alla prospettiva di una vita in collettività. Riconoscere i propri bisogni, emozioni e desideri è altrettanto importante che saper leggere e scrivere. La pedagogia, come la prevenzione, insegnano a far emergere e a utilizzare risorse in modo costruttivo. Non si tratta pertanto di informare su ciò che è bene o su ciò che è male, ma di insegnare il libero arbitrio e la capacità di prendere buone decisioni. Nello stesso modo occorrerebbe promuovere l'incontro fra le persone, perché è attraverso il confronto con gli altri che si costruisce la propria identità. Incontrare l'altro significa avere la capacità di riconoscere le sue peculiarità, le sue caratteristiche, senza per questo dover stabilire che esse siano migliori o peggiori delle nostre. Le persone non sono per nulla tutte uguali, anche se godono degli stessi diritti universali (il diritto all'identità, all'ascolto, alla comunicazione, ecc.). E' una prospettiva intersoggettiva basata sulla possibilità di uscire da una cultura dell'antagonismo e della competizione per sperimentare una dimensione armonica e certamente più funzionale. Non è una questione etica, né morale, anche se queste rappresentano una componente significativa della vita sociale. Vi sono modelli e messaggi contraddittori, che legittimano comportamenti devianti, pregiudizi e malcostume. L'idea stessa di benessere è spesso distorta e manipolata dalla visione di ideali irraggiungibili. Forse le persone hanno bisogno di altro e di riappropriarsi di un senso di appartenenza che gli attribuisca un'identità vera. Come ci suggerisce la stessa etimologia, prevenire significa *giungere prima*; prima della dipendenza, prima della crisi, e dove il benessere non è rappresentato dall'assenza di malattia, problemi o conflitti, ma dalla capacità di far fronte alle avversità. *Resilienza* è il termine che riassume questa condizione, l'educazione è il modo di suscitarela.