



I giovani e l'abuso di alcool (Aspetti psicologici e preventivi)

Roberta Senatore Pilleri (e-mail: rsenatore@tin.it)

In passato gli alcolisti erano visti come peccaminosi, depravati, edonisti, responsabili della loro situazione (modello morale). Oggi il modello della malattia ha tolto all'alcolista ogni responsabilità perché viene visto come un individuo con una predisposizione alla dipendenza. Grazie a numerosi studi (sugli animali, sui gemelli dati in adozione a famiglie diverse, studi longitudinali) sappiamo, infatti, che i motivi che portano alla dipendenza da alcol sono vari e interagenti, legati ad una predisposizione genetica e a fattori ambientali. Particolarmente illuminanti sono stati gli studi longitudinali condotti negli anni '80 negli Stati Uniti (Zarek e coll, 1988; Donovan e coll., 1983), dai quali è che solo una piccola parte di ragazzi che nell'adolescenza fanno uso di alcol diventa dipendente. Valutando, infatti, negli stessi soggetti, l'abuso di alcol nell'adolescenza e successivamente nei primi anni dell'età adulta è stato possibile constatare che il 53% dei maschi e il 70% delle femmine non presentavano più, al termine dei sette anni di studi, una tendenza all'abuso e che coloro che continuavano ad abusare di alcol, presentavano alcune caratteristiche psicologiche preesistenti al loro stato quali insufficienti prestazioni scolastiche, eccessiva importanza all'autonomia, scarsa capacità a dominare i propri comportamenti problematici, elevata tendenza ad accettare i comportamenti socialmente inaccettabili.

In sintesi i dati più rilevanti di questi studi indicano che i maschi sono più esposti delle femmine al rischio di abuso e che i più esposti sono i ragazzi emotivamente labili, con personalità antisociale o che vivono in famiglie in cui regna un clima conflittuale e che non trovano al di fuori della famiglia dei punti di riferimento. Considerando i legami che uniscono la personalità antisociale e l'abuso di alcol, particolare attenzione dovrebbe essere rivolta ai ragazzi con disturbi della condotta perché più esposti a presentare disturbi antisociali di personalità.

Ma come possiamo prevenire queste forme di disagio?

Chiaramente tutte le forme di prevenzione sono valide, ma la prevenzione primaria deve essere privilegiata e deve iniziare molto precocemente, non appena le capacità cognitive lo permettono. Le influenze dei genitori e degli adulti in genere sono preminenti nei processi di socializzazione che si verificano negli anni della fanciullezza. Negli anni adolescenziali, invece, i messaggi educativi sono meno efficaci perché sono più forti le influenze dei coetanei e le spinte oppostive verso il mondo degli adulti in genere. A questa età è molto utile continuare un'educazione alla salute già iniziata nel precedente ciclo delle scuole elementari e discutere con gli adolescenti i rischi a cui le droghe espongono nel ciclo della vita (ad es. durante la gravidanza l'uso di droghe, tra cui l'alcol, espone il futuro nascituro a gravi rischi).

La prevenzione migliore deve essere basata, oltre che su una informazione precoce, su legami familiari saldi e sicuri. E' nella prima infanzia che il bambino acquisisce quella sicurezza di base fondamentale per il suo sviluppo e quelle certezze di essere accettato e amato, necessarie per la costruzione della sua personalità.

Secondo il Children's Defence Fund (in Packard, 1985), i bisogni fondamentali di tutti i bambini sono essenzialmente cinque :

- essere desiderati e accettati;
- continuità di rapporti con i genitori;
- avere una guida attenta nell'affrontare i problemi della crescita;
- ricevere messaggi rassicuranti;
- sapere che ci sono dei valori saldi e sicuri nel mondo in cui vivono.

Pertanto, il bambino deve sentire e cogliere l'affetto delle proprie figure d'attaccamento e deve essere compreso (nel senso che la madre, o chi per lei, deve essere sensibile ai suoi segnali verbali e non verbali) e guidato nell'affrontare i cambiamenti ambientali e le difficoltà piccole e grandi della vita (concetto di base sicura). Tale modalità educativa, oggi, è basilare. La nostra società vive repentini e drastici cambiamenti, che hanno spezzato antichi equilibri e che hanno inciso non solo nella vita degli adulti, ma anche in quella dei bambini; i sistemi educativi, infatti, sono profondamente cambiati e pur considerando gli influssi positivi delle recenti acquisizioni psicologiche, che hanno contribuito a salvaguardare e proteggere l'infanzia, il mondo infantile, oggi, sta attraversando una profonda crisi.

Riassumendo i risultati di numerosi studi, Schaffer (1998) ha indicato come rilevanti nel rapporto genitori-figli due dimensioni bipolari di interazione: controllo-autonomia e affetto-ostilità. La combinazione di questi valori determina, secondo Schaffer, quattro atmosfere educative. Per esempio, la combinazione affetto-autonomia è caratterizzata da un clima educativo protettivo nei riguardi dei piccoli, sin dalle prime fasi del loro sviluppo. I genitori sono infatti presenti e vigili, ma nel contempo favoriscono l'esplorazione e l'autonomia. Questi atteggiamenti, aperti ed affettuosi, vengono imitati dai figli, che ne fanno a loro volta una componente della loro personalità.

La combinazione affetto-controllo favorisce nei bambini l'obbedienza, la sottomissione e la dipendenza e, nei casi di eccessivo controllo, assenza di creatività e di autonomia.

L'atmosfera familiare che all'ostilità unisce la mancanza di controllo (ostilità-autonomia) caratterizza un clima anaffettivo (genitori disinteressati o assenti) che può favorire nei figli aggressività, scarso autocontrollo, personalità antisociale, abuso di droghe.

La combinazione ostilità-controllo produce più facilmente ragazzi nevrotici. Si tratta di soggetti depressi, rinunciatari, che non sanno assumere il ruolo adulto, che possono essere colti da rabbie improvvise, che tendono a isolarsi dai coetanei e provano per piccole infrazioni forti sensi di colpa. In alcuni casi sono timidi e quieti e per queste loro caratteristiche sono graditi ai genitori e agli insegnanti. In realtà sono bambini infelici ed il loro grado di nevroticismo prima o poi si manifesta.

Se nell'infanzia e nella fanciullezza la famiglia è stata una "base sicura", i problemi adolescenziali sono più facili da risolvere. In ogni caso gli adulti devono tener presenti i motivi per cui i ragazzi possono assumere alcol. Sono motivi, a grandi linee, connessi alla difficoltà a raggiungere l'indipendenza, che è l'aspetto preminente che ruota intorno alle condotte adolescenziali. Emanciparsi dalla propria famiglia d'origine è difficile e lo è ancor di più se i genitori non sono preparati ad accettare con equilibrio i cambiamenti dei loro figli ed a modificare i loro schemi educativi. Vediamo, quindi, i motivi che possono indurre ad assumere droghe.

1. Piacere del rischio

I ragazzi per acquisire l'indipendenza devono assumere dei piccoli rischi, che li fanno sentire grandi e che possono essere emozionanti. Se non sono sostenuti e guidati, uno di questi rischi può essere l'alcol, tanto più che è una sostanza con effetti piacevoli, che

inizialmente rafforza i sentimenti d'invulnerabilità e indipendenza e che fa sentire maggiormente il senso di appartenenza al gruppo.

2. Desiderio di trasgredire

La nascita della capacità di pensare astrattamente porta anche a contestare, a mettere in stato d'accusa i valori degli adulti, a trasgredire per verificare insieme ai compagni ciò che è vietato, ciò che non si conosce, ciò che desta curiosità. Per evitare questi aspetti è importante parlare con i ragazzi, rispondere alle loro curiosità con sincerità, ascoltare le loro opinioni e far comprendere con adeguata documentazione come realmente stanno le cose.

3. Mancanza di interessi, assenza di obiettivi

La mancanza di interessi e l'assenza di obiettivi porta alla noia e a sentimenti di inutilità. Molti giovani si accostano all'alcol proprio per vincere questi sentimenti e per sentirsi vivi emozionalmente. E' molto importante, perciò stimolare i ragazzi a porsi degli obiettivi (nello sport, a scuola....) e ad imparare a programmare il loro tempo libero. A tal scopo può essere utile che i genitori li rendano partecipi dei loro progetti e delle loro mete.

4. Scarsa autostima

L'autostima è basilare per saper affrontare con serenità le difficoltà piccole e grandi che si succedono nel ciclo della vita. Per aiutare i ragazzi a raggiungerla, occorre che i compiti e le responsabilità che si devono assumere, siano accessibili alle loro capacità. In ogni caso è utile incoraggiare senza iperproteggere e bandire, nei casi di insuccesso, atteggiamenti critici o distruttivi. Dare fiducia e messaggi rassicuranti è sempre valido.

5. Dipendenza dal gruppo

Sia un clima autoritario che permissivo sono nocivi. I ragazzi infatti, sia nel timore della severità dei genitori che nel sentirsi trascurati in famiglia, possono reagire rifugiandosi nel gruppo dei compagni, al punto da dipenderne completamente. Non per caso l'assunzione di alcol da parte degli adolescenti si verifica in compagnia dei coetanei ed è un'esperienza quasi sempre vissuta come piacevole perchè alcune sostanze, tra cui l'alcol, favoriscono i rapporti sociali, attenuano l'ansia, eliminano la noia, favoriscono la distensione, cancellano la stanchezza

I motivi sopraelencati sono senz'altro importanti, ma la sicurezza vissuta nei primi anni è uno dei fattori alla base del senso di identità nell'età adulta o quantomeno un fattore che indirizza nel corso dello sviluppo verso scelte o atteggiamenti che rafforzano la fiducia in sé stessi e negli altri.

BIBLIOGRAFIA

Andreoli V., Cancrini L., Gessa G. L., Fratta W. (1988), Tossicodipendenze, Masson, Milano

Dodes, L.M.(1988), Abstinence from alcohol in long-term individual psychotherapy with alcoholics, Am.J.Psychotherapy, 38, pp. 248-256

Donovan J.E., Jessor R., Jessor L.(1983), Problem drinking in adolescence and young adulthood. A follow-up study, Journal of studies on alcohol, 44, 1, 109-37

Packard V.(1985), I bambini in pericolo, Editori Riuniti, Roma

Pilleri Senatore R., Tondo L., Silveti F. (1995), I disturbi della condotta, *Psicologia Contemporanea*, 127, 50-57

Pilleri Senatore R. (2001), L'alcolismo nei giovani, *Italian Journal of the Addictions*, IX, 3 O, 51-54

Schaffer H.R.(1998), *Lo sviluppo sociale*, Raffaello Cortina Editore, Milano

Senatore Pilleri R. (2002), *Normalità e patologia nel corso dello sviluppo*, Bulzoni Editore, Roma

Zarek D. e coll. (1988), Fattori di rischio di abuso di sostanze intossicanti nell'adolescenza: implicazioni per la pratica pediatrica, *La Clinica Ped. del Nord America*, 1677-1693, 21, 5, Piccin, Padova

www.averefegato.it