

Quando le formiche spostano un elefante...

Genitori di gruppi di auto-mutuo aiuto raccontano le dipendenze e la cura familiare

Alessandra Augelli



VITA EMOTIVA

ASSOCIAZIONE LA RICERCA onlus

FrancoAngeli

E FORMAZIONE

Informazioni per il lettore

Questo file PDF è una versione gratuita di sole 20 pagine ed è leggibile con



La versione completa dell'e-book (a pagamento) è leggibile con Adobe Digital Editions. Per tutte le informazioni sulle condizioni dei nostri e-book (con quali dispositivi leggerli e quali funzioni sono consentite) consulta [cliccando qui](#) le nostre F.A.Q.





VITA EMOTIVA E FORMAZIONE

Collana diretta da Vanna Iori

Comitato scientifico

Alexander Batthyány
Universität Wien

Eugenio Borgna
Università di Milano

Mariagrazia Contini
Università di Bologna

Vincenzo Costa
Università del Molise

Duccio Demetrio
*Università
di Milano-Bicocca*

Roberta De Monticelli
*Università Vita-Salute
San Raffaele di Milano*

Eugenio Fizzotti
*Università Pontificia
Salesiana*

David Guttmann
University of Haifa

Paolo Jedlowski
*Università
della Calabria*

Friedrich Kümmel
*Eberhard Karls
Universität Tübingen*

Max Van Manen
University of Alberta

Joan-Carles Melich
*Universitat
Autònoma de Barcelona*

Luigina Mortari
Università di Verona

Didier Moreau
Université de Paris VIII

Salvatore Natoli
*Università
di Milano-Bicocca*

Oscar Ricardo Oro
*Universidad
del Salvador y
Universidad
J.F. Kennedy
de Buenos Aires*

Luigi Pati
*Università Cattolica
del Sacro Cuore
di Milano*

Bruno Rossi
Università di Siena

Lucia Zannini
Università di Milano

Il gruppo di ricerca e formazione *είδος*, coordinato da Vanna Iori, sviluppa da diversi anni i temi della vita emotiva, secondo l'orientamento fenomenologico-esistenziale.

La collana *Vita emotiva e formazione* propone strumenti, materiali e piste di lavoro per coltivare l'intelligenza del cuore come risorsa professionale nel lavoro sociale, educativo, sanitario.

Il metodo fenomenologico apre sguardi di senso dove le fragilità dell'esistenza cercano risposte: attraverso la cura di sé, gli operatori possono più efficacemente prendersi cura degli altri, umanizzare i servizi, dare valore all'esperienza vissuta.

I lettori che desiderano informarsi sui libri e le riviste da noi pubblicati possono consultare il nostro sito Internet: *www.francoangeli.it* e iscriversi nella home page al servizio “Informatemi” per ricevere via e-mail le segnalazioni delle novità.

Quando le formiche spostano un elefante...

Genitori di gruppi di auto-mutuo aiuto
raccontano le dipendenze
e la cura familiare

Alessandra Augelli

VITA EMOTIVA

ASSOCIAZIONE LA RICERCA onlus

FrancoAngeli

E FORMAZIONE

Per informazioni e appuntamenti rivolgersi a:

Associazione “La Ricerca” onlus
Stradone Farnese, 96 - 29121 PIACENZA (PC)
Tel. 0523/338710
Indirizzo e-mail: prevenzione@laricerca.net
Sito web: www.laricerca.net

Grafica della copertina: Elena Pellegrini

In copertina: Claudio Benghi, La separazione del cielo dalla terra,
tecnica mista su tavola (cm 70 x 70), 2010.

Copyright © 2014 by FrancoAngeli s.r.l., Milano, Italy.

L'opera, comprese tutte le sue parti, è tutelata dalla legge sul diritto d'autore. L'Utente nel momento in cui effettua il download dell'opera accetta tutte le condizioni della licenza d'uso dell'opera previste e comunicate sul sito www.francoangeli.it.

INDICE














Presentazione, di <i>Vanna Iori</i>	pag.	7
Introduzione, di <i>Alessandra Augelli</i>	»	10
L'alleanza con i genitori, di <i>Daniela Scrollavezza</i>	»	14
Dall'angoscia alla serenità: nei volti i passi della risalita di <i>Anna Papagni</i>	»	17
Un percorso di aiuto spirituale che porta alla conoscenza di sé di <i>Don Giorgio Bosini</i>	»	20
Come fiore di tarassaco: il volontario, anima del gruppo di <i>Gigi Rubini</i>	»	22
Uno sguardo esterno: i vissuti di un educatore di <i>Fabio Gianotti</i>	»	26

Parte I Riflessioni

1. Dalla dipendenza alla reciprocità	»	31
2. La scrittura come scoperta e condivisione	»	38

3. Dietro le parole, i vissuti: dal pregiudizio alla speranza	pag.	44
4. Emozioni e sentimenti dell'esperienza genitoriale "difficile"	»	51
5. Il gruppo: varcare la soglia, per diventare testimone	»	58
6. "In altre parole": cura e amore familiare	»	69

Parte II Proposte operative

 1. Parole che pesano, parole che sollevano	»	79
 2. Dalle parole alle immagini	»	80
 3. Senza più parole	»	81
 4. Le parole mancanti	»	84
 5. Viaggio nell'intimità familiare	»	85
 6. Frammenti di storia di gruppo	»	86
 7. Dar forma al possibile	»	87
 8. Lettera a un figlio	»	89
 9. Fronteggiare le avversità	»	90
 10. Per dieci minuti	»	91
 11. Ritratto di famiglia	»	93
  12. Qualcuno con cui correre	»	94
Conclusioni	»	95
Bibliografia	»	101

PRESENTAZIONE

di *Vanna Iori*

La presenza di un figlio o di un familiare che sta attraversando un'esperienza di dipendenza pervade l'intero nucleo familiare generando sentimenti confusi e ambivalenti, sensi di colpa e angoscia. Questo coacervo di vissuti e di interazioni complesse rende difficile la ricerca di luci e speranze concrete. Il comportamento più frequente, e anche più nocivo, dell'impotenza è la difesa dallo stigma sociale, che porta all'isolamento: chiudersi, tacere, nascondersi. Se in una prima fase il silenzio è, forse, indispensabile per familiarizzare con la difficoltà e per rielaborarla, man mano diventa un pericoloso avversario di cui occorre liberarsi per aprirsi a condividere con altri l'attraversamento di una lotta con un male inafferrabile dell'anima che devasta le relazioni e sconvolge le esistenze di tutti i componenti del nucleo.

Accorgersi che ci sono anche gli altri e potersi aprire all'aiuto è un passo indispensabile. La dipendenza da sostanze (ma anche da gioco d'azzardo patologico, in continuo aumento, o dall'alcool) provoca nelle persone che ne sono vittime alterazioni psico-fisiche, con conseguenti crisi di astinenza, fino alla perdita del controllo e all'aggressività verso i familiari.

La dipendenza patologica compromette, disgrega o danneggia non solo le relazioni familiari, minando i progetti personali, scolastici o professionali, provocando anche perdita del lavoro o assenteismo, ma induce anche a commettere reati per ottenere illegalmente il denaro necessario per procurarsi le sostanze. È dunque evidente che la dipendenza patologica non è un'esperienza che riguarda il singolo, ma ha un ruolo preciso nel sistema di comunicazione familiare e giunge a modificare il sistema intergenerazionale. Secondo la teoria generale dei sistemi di Von Bertalanffy, intendendo il soggetto affetto da dipendenza come un elemento di un sistema – ossia di un complesso di elementi in interazione costante per cui, al modificarsi di un singolo elemento, si modifica l'intero sistema di relazioni a cui appartiene – è evidente

quanto vengano compromessi i legami familiari, i rapporti con amici, colleghi e tutto il contesto sociale.

Diventa perciò importantissimo portare l'attenzione sulla rete delle relazioni primarie: la famiglia. È infatti questa la realtà relazionale messa più duramente alla prova ed è il primo livello su cui intervenire. Il trattamento della dipendenza deve essere pertanto impostato su un programma differenziato di interventi, all'interno dei quali un ruolo privilegiato deve essere assegnato alla protezione dei familiari e, simultaneamente, al loro coinvolgimento nella terapia familiare. Fornire alle famiglie indicazioni sull'individuazione precoce dei segnali e sulle manifestazioni della dipendenza, sulle possibilità di chiedere aiuto, sulle strutture che possono offrire risposte, accanto a consulenze, è un passaggio decisivo per far fronte ai rischi concreti che rendono le famiglie spaventate e impotenti.

Non lasciare sole le famiglie è il primo passo per non abbandonare a se stessi i tossicodipendenti. Oltre a potenziare le attività dei servizi per le tossicodipendenze delle aziende sanitarie locali, i familiari possono essere protagonisti dei nuovi modelli di relazione, poiché le regole che la famiglia o la coppia costruiscono nel tempo non sempre sono esplicite, verbalmente controllate e stabilite, ma spesso sono latenti e si esprimono nel modo di vivere: ed è proprio a questo livello che è significativo intervenire. È di fondamentale importanza sostenere le attività nel territorio, i gruppi di affiancamento e di auto-mutuo-aiuto per le famiglie che, attraverso l'anonimato dei partecipanti e un percorso comune, consenta ai familiari di riunirsi con cadenza settimanale per condividere esperienze allo scopo di tentare di risolvere il problema affrontandolo grazie all'aiuto e alla testimonianza di chi vive o ha vissuto l'esperienza in prima persona. Sotto la guida di personale professionale esperto in materia e opportunamente formato, il gruppo di auto-mutuo-aiuto può essere frequentato dall'intera famiglia o da parte di essa.

Questo testo è frutto dell'incontro tra diverse esperienze. La prima è quella di un'associazione "storica", che è sfondo integratore e, al contempo, promotrice principale di un lavoro di racconto e ascolto che è avvenuto nel tempo e che ha coltivato sempre il desiderio di uscire allo scoperto, manifestarsi e diventare occasione per dare forza ad altri silenzi di sciogliersi. In secondo luogo c'è l'esperienza dei genitori, che si sono "aperti" nella parola, nell'animo e nella mente, per "capitalizzare" la propria esperienza personale. C'è, poi, il lavoro dell'autrice che, coordinando e curando il percorso formativo autobiografico, ha sollecitato l'emersione di significati ed è stata attenta e delicata tessitrice delle esperienze vissute.

Il lavoro di Alessandra Augelli non è consistito soltanto nel raccogliere narrazioni per farne storia comune, ma anche quello di predisporre un am-

biente idoneo a dischiudere pensieri ed emozioni annidate nell'esperienza di ciascuno e di aiutare il gruppo a ritrovare saggezza nei vissuti quotidiani, sostenendo uno sguardo, al contempo, coinvolto e distanziato.

In questo lavoro di incontro e di narrazione della propria esperienza si fa più sottile il confine tra la dimensione *privata* della famiglia e la dimensione che diventa *pubblica* nel contatto con le altre famiglie, il contesto territoriale e i servizi. Questa prospettiva non può che essere feconda per tutti: genitori, figli, realtà associative, famiglia nel suo complesso, comunità, operatori sociali ecc.

Scrivere un genitore:

Siamo arrivati all'Associazione "La Ricerca" attraverso un passaparola provvidenziale e ci siamo resi conto che bisognava lavorare su di noi come genitori, come coppia; si trattava di cambiare, di crescere insieme a nostro figlio (...). Ora cerchiamo di impegnarci perché non sia solo la voce della Provvidenza a indicare il portone dell'associazione, ma ci sia una informazione capillare in tutte le istituzioni, scolastiche, religiose, sanitarie, perché altri genitori possano trovare una strada di speranza.

In queste semplici parole vi è un principio fondante dell'intero sistema di *welfare di comunità*: il coinvolgimento attivo della famiglia è prima fonte non solo di cura, ma anche di elaborazione del sapere sulla cura e di diffusione delle pratiche di cura. Il familiare, risorsa tradizionalmente in sordina nel sociale, può diventare il paradigma della cura a livello politico. La responsabilità, come sottolinea Hans Jonas, ha caratteri comuni ai genitori e agli uomini di governo, poiché entrambi non possono interrompere la "continuità" e la tensione al futuro: archetipo di coloro che esercitano responsabilità sociale è il modello genitoriale della cura.

Questo volume dimostra che ciò è realmente possibile e stimola tanti a *dar voce* e a rendere *riconoscibili* le risorse familiari presenti, anche lì dove sembrano esservi solo dolore e devastazione relazionale.

INTRODUZIONE

di *Alessandra Augelli*

Ogni persona è un'isola in se stessa,
e lo è in un senso molto reale,
e può gettare dei ponti verso le altre isole
solamente se vuole ed è in grado di essere se stessa.

Carl Rogers

Se le formiche si mettono d'accordo,
possono spostare un elefante.

Proverbio africano

Nei momenti difficili della vita, nonostante la forte tentazione dell'isolamento, la solidarietà è a portata di mano. Basta trovare un volto stanco come il tuo, uno sguardo sfiduciato e spento, per far scoccare subito la sensazione di poter essere accolti e compresi incondizionatamente. E così un abbraccio, reale o metaforico, suggella un'alleanza e dà il via a un percorso comune. Il Nemico enorme e inaffrontabile – le forme di dipendenza, le difficoltà legate ai cicli di vita¹... – si ridimensiona e fa meno paura quando si sa che a combattere non si è soli. Ci si sente, in ogni caso, come tanti piccoli Davide di fronte a Golia, con limitati strumenti tra le mani, ma la consapevolezza di affrontare assieme ogni difficoltà fa crescere il coraggio e alimenta la speranza.

Il volume nasce da un percorso di scrittura autobiografica vissuto con alcuni genitori dei gruppi di auto-mutuo-aiuto dell'Associazione "La Ricerca": precedentemente gli stessi genitori avevano avuto la possibilità di approcciarsi allo strumento del diario di bordo, utilizzato come memoria del gruppo e strumento di scambio e di tessitura da un incontro all'altro. Il laboratorio è stato un ulteriore spazio dedicato all'ascolto di sé e alla condivisione con gli altri, in cui ciascuno, sollecitato da stimoli precisi e diretti, ha potuto "rispondere" coraggiosamente, scrivendo frammenti di esperienza. Il testo è, quindi, suddiviso in due parti: la prima raccoglie in sei capitoli i pensieri scaturiti dal percorso laboratoriale; le parole "vive" dei genitori sono qui intessute in una trama emergente da un esercizio di meta-riflessione nel tentativo di "distillare" sapere esperienziale da ciò che si è vissuto; la secon-

¹ Si fa riferimento ai nuovi gruppi di auto-mutuo-aiuto nati sul sostegno ai genitori nella crisi di coppia, ai *care-giver*, ai genitori di adolescenti, ai familiari delle persone dipendenti dai giochi d'azzardo ecc.

da parte raccoglie, invece, gli stimoli di scrittura e le proposte che sono state sperimentate nel laboratorio e che possono divenire, anche per altri gruppi, strumenti concreti di lavoro su di sé e con gli altri.

Un'associazione no profit che sceglie di dar voce a chi solitamente la tiene soffocata dal senso di colpa e dalla sofferenza è una scelta ardua e delicatissima: queste voci sono al servizio di se stessi, quando sono state motivo di incoraggiamento a proseguire nel cammino, ma sono soprattutto al servizio dell'intera comunità, di altri genitori, di altri ragazzi, perché attraverso le consapevolezze di quanti hanno scritto, traggano beneficio e risorsa.

Questo libro non vuole essere, quindi, testimonianza di un ritrovarsi, di uno *stare* e condividere una *situazione*, ma di un *percorso*, di un *processo* che ha inizio certamente dalla possibilità di partecipare di un comune vissuto. Nel tempo si sviluppa la prospettiva di una *progettualità* dove ciascuno offre le proprie consapevolezze e i passaggi maturati per via. Fino a spartire il sorriso, a moltiplicare la gioia, a dar spazio alla letizia e all'entusiasmo.

In altre parole, non è un libro del Venerdì Santo, dove la sofferenza e la morte interiore, le lacrime e la tristezza fanno da padrone. È un libro dell'intero Triduo: che attraversa cioè i silenzi e le invisibili presenze, il vuoto e l'attesa, giungendo al tripudio della festa e alla condivisione dell'esultanza. Le parole dei genitori contenute in queste pagine sono il segno tangibile che *si può* raccontare la felicità dei propri figli, *si può* narrare la gioia della compagnia, *si può* dar voce alla bellezza della rinascita.

I gruppi di auto-mutuo-aiuto, benché si fondino sul presupposto di condividere una situazione di difficoltà², intendono accogliere l'interessa della storia personale e del vissuto familiare, puntando sugli elementi di risorsa e sulla ricerca attiva sulla base di bisogni simili.

Il titolo richiama, perciò, non solo la fatica di spostare qualcosa di pesante e opprimente, ma anche l'importanza di portare alla luce qualcosa di grosso che, alle volte, la comunità preferisce non vedere. Non si parla solo della rimozione di un problema comune, ma del viaggio di scoperta di una realtà complessa e significativa.

Si riconosce, innanzitutto, che la genitorialità richiede l'*accoglienza del limite*: la comprensione dei propri errori, assumendoli in prima persona, senza deleghe e tentativi di fuga, ma anche l'accettazione del limite posto dalla soggettività dell'altro, che è sempre mistero, ignoto e inafferrabile, pur es-

² Per approfondimenti si veda Calcaterra V., *Attivare e facilitare gruppi di auto/mutuo aiuto*, Erickson, Trento 2013; AA.VV., *I gruppi di auto mutuo aiuto nel sistema dei servizi*, Fondazione Zancan, Padova, n. 2, XXI 1994; Noventa A., Nava R., Oliva F., *Self-help. Promozione della salute e gruppi di auto-aiuto*, Gruppo Abele, Torino 1990; Steinberg D., *L'auto/mutuo aiuto, guida per facilitatori di gruppo*, Erickson, Trento 2002.

sendo carne della propria stessa carne. Il figlio e la figlia sono “altro da sé”, e nonostante questo possa sembrare una definizione di principio, è una consapevolezza che si ritrova nell’esperienza quotidiana, soprattutto nel confronto con situazioni difficili. Nei casi di uso di sostanze stupefacenti è estremamente difficile scorgere l’intreccio tra libertà e responsabilità e optare per una comune ricerca di senso, al posto di meri divieti.

Ciò che emerge dalle storie dei genitori è lo spostamento del senso dell’errore e delle ombre connesse alla dipendenza dall’*esterno* all’*interno*: si passa da proiezioni e aspettative a messaggi in prima persona, come direbbe Rogers, dove ci si accorge di quanto non sia la realtà ad essere sbagliata di per sé e ciascuno trovi il coraggio di *rispondere* dei propri sbagli, senza cedere il passo al fallimento totale di sé e del progetto educativo.

Scrive Lizzola:

La dignità umana è da vedere e sostenere in (e tra) donne e uomini non perfetti, non “puri” nei gesti, non del tutto limpidi nelle intenzioni. Vulnerabili. Occorre vederla e sostenerla, richiamarla operosamente, in responsabilità, da vulnerabili³.

Nell’affidare queste pagine al lettore, penso anche ai figli che leggeranno questo libro, a quanti ritroveranno tra le righe l’esperienza dei loro genitori e a quanti come loro e con loro si mettono in gioco e fanno rete per concretizzare il cambiamento: da queste pagine scaturisce la netta consapevolezza che la testimonianza dell’autenticità esistenziale vale più di ogni altro atto di cura e che gli sforzi di perfezione che molti genitori, più o meno consapevolmente, compiono, sono “disumani”. Dice Guardini:

La più potente forza di educazione consiste nel fatto che io stesso, cioè, io educatore, in prima persona mi protendo in avanti e mi affatico a crescere. Sta proprio qui il punto decisivo. È proprio il fatto che io lotto per migliorarmi che dà credibilità alla mia sollecitudine pedagogica per l’altro⁴.

Le esperienze raccontate che si incontreranno nelle pagine seguenti non hanno solo valore di per sé, in quanto provengono da storie uniche e personali, o in quanto provengono da vite ferite e risanate, ma vogliono porsi come *fonte di sapere* per quanti sono in cammino, siano essi operatori sociali, altri genitori, professionisti della cura. Quando l’esperienza è rivista, ripensata, riletta as-

³ Lizzola I., *Interagire nelle dipendenze: un percorso di ricerca e formazione*, Unicopli, Milano 2005, p. 48.

⁴ Guardini R., *Persona e libertà. Saggi di fondazione della teoria pedagogica*, La Scuola, Brescia 1987, p. 221.

sieme, quando si è sedimentata e riascoltata alla luce di altri eventi e situazioni, può diventare spazio di saggezza per sé e per gli altri⁵. Per questo alla fine di ogni capitolo si troveranno una serie di riflessioni, non frutto di un tentativo di generalizzazione, ma di uno sforzo di *trasferibilità*, in base al riconoscimento di un comune *mondo della vita* da cui ciascun vissuto scaturisce.

Nel riconoscimento continuo di vulnerabilità e di risorse interiori che spesso il disagio mette duramente a tacere, ci si riscopre *tutti genitori di tutti*. È il vissuto della *genitorialità diffusa*⁶, che viene progressivamente a mancare in una società dove vigono perlopiù l'isolamento e l'autoreferenzialità. Nell'esperienza dei gruppi di auto-mutuo-aiuto si soffre e si gioisce, si sorride e si è preoccupati per i figli altrui, *come se* fossero i propri. Nello scoprirsi parte di un destino comune, i genitori si raccontano e agiscono, superando le appartenenze e le singolarità. In questo vi è l'opera semplicissima eppure grandiosa di *cura della comunità*. Il proprio carico di difficoltà, pesante e faticoso, lo si legge in un'ottica più grande e ci si adopera per un cambiamento di sé che inevitabilmente porta cambiamenti per l'altro e per l'intera realtà circostante. In questo senso, gli scritti di questi genitori sono *parole politiche*, intrise di una autentica dedizione per la comunità, per quelle mura e per quelle strade attraversate dai propri figli, per le persone con cui entrano in contatto, ma anche per le generazioni future che vivranno gli stessi luoghi di incontro.

Se, come dice Hannah Arendt, "il fatto che l'uomo sia capace di azione significa che da lui ci si può attendere l'inatteso, che è in grado di compiere ciò che è infinitamente improbabile"⁷, le parole dei genitori, imbevute di una sacra semplicità, sanno di "miracolo".

⁵ Cfr. Mortari L., *Apprendere dall'esperienza. Il pensare riflessivo nella formazione*, Carocci, Roma 2003.

⁶ Iori V., *Fondamenti pedagogici e trasformazioni familiari*, La Scuola, Brescia 2001. Si vedano anche Iori V., Mortari L. (a cura di), *Per una città solidale. Le risorse informali nel lavoro di cura*, Unicopli, Milano 2005; Iori V. (a cura di), *Famiglie, domiciliarità, relazioni*, Unicopli, Milano 2001.

⁷ Arendt H., *Vita Activa*, Bompiani, Milano 1999, p. 156.

L'ALLEANZA CON I GENITORI

La famiglia è la nostra forza. Il nostro punto di riferimento. Da sempre. Fin da quando siamo partiti, trent'anni fa, l'Associazione "La Ricerca" ha stretto alleanza con i genitori per fronteggiare insieme il malessere dei figli. Un disagio esistenziale insinuatosi nella famiglia, che peraltro si traduce, allora come oggi, non sempre nella dipendenza da sostanze.

Così fin da subito, quando scegliemmo di fronteggiare il disagio giovanile con il percorso terapeutico "Progetto Uomo", importato in Italia dagli Stati Uniti da don Mario Picchi del CeIS di Roma, lo abbiamo adattato a quella che ci sembrava una priorità: il coinvolgimento del nucleo familiare.

In pratica a madri e padri (ma anche a fratelli e sorelle, ai parenti più stretti) chiedevamo di compiere un percorso parallelo al figlio preso in carico dalle nostre strutture: così, come accade ancora adesso, la richiesta è di partecipare a gruppi di auto-aiuto, dove ciascuno ha l'opportunità di affrontare il problema, guardandosi dentro, in un confronto continuo, aperto con altri che vivono o hanno vissuto situazioni analoghe.

E il tempo, le esperienze, debbo dire, ci hanno dato ragione: ce lo testimoniano i tanti familiari che grazie all'auto-aiuto hanno ritrovato fiducia in se stessi, scoperto risorse impensate, trasformando questo avvenimento traumatico della loro vita in un'occasione di crescita interiore. Al punto che oggi ci chiedono di estendere le conoscenze acquisite ad altri genitori, a tutte le famiglie indistintamente, anche a quelle non direttamente coinvolte dal problema.

Questa forza che i genitori sperimentano ci ritorna sempre indietro come sentimento di speranza, di fiducia nelle capacità di riscatto che hanno le persone, *in primis* il nucleo familiare.

Ecco perché dico che la famiglia anche per noi è una grande risorsa. Lo è sempre stata. Ha saputo darci la giusta rotta anche nel momento delicato del grande cambiamento sociale avvenuto nella seconda metà degli anni Novan-

ta, quando, con il fenomeno della tossicodipendenza, anche il malessere sociale ha cambiato volto, si è fatto più subdolo e complesso, fino a presentare casi di cronicità dove la dipendenza da sostanze e da alcool degenera in disturbi psichiatrici o in malattie infettive molto gravi.

Sono gli anni in cui abbiamo dato vita alla comunità terapeutica di doppia-diagnosi per persone con comorbidità psichiatrica “Emmaus”, alla comunità per mamme con bambini “Luna Stellata”, alla casa di accoglienza per malati di aids “Don Venturini”. Ecco, in tutti questi servizi, il nostro punto di forza è sempre stato l’alleanza con le famiglie.

All’“Emmaus”, a fronte di disturbi caratterizzati dalla cronicità, stiamo portando avanti con i genitori un progetto sperimentale di semi-convivenza per un recupero del rapporto con i figli: sperimentando direttamente quel che si fa in comunità, fanno proprie nuove strategie di relazione familiare.

Al *percorso di recupero delle mamme* con problemi di dipendenza “Luna Stellata” abbiamo aggiunto un percorso di riflessioni e studio sulla genitorialità, un grosso lavoro che stiamo portando avanti in rete con gli altri servizi territoriali, con ricadute di natura formativa e pedagogica ad ampio respiro sociale e culturale.

E anche nell’esperienza estrema della *casa accoglienza per malati di Aids*, dove prevalgono persone che non possono più contare sul nucleo familiare, laddove i genitori o i parenti ci sono riusciamo a portare avanti progetti di recupero e di coinvolgimento affettivo.

La famiglia è così presente anche nei servizi di prevenzione più direttamente aperti ai giovanissimi in generale, sia con il “Gruppo Diogene” rivolto ai ragazzi che manifestano sintomi di disagio (e non solo attraverso l’avvicinamento alle droghe), sia coi progetti di promozione al benessere che realizziamo nelle scuole.

Da sempre abbiamo avuto nelle nostre corde l’attenzione al territorio, sia nel senso di massimo ascolto dei nuovi bisogni, sia con iniziative di prevenzione attraverso i servizi educativi, portando avanti un nostro pensiero pedagogico, frutto di un’esperienza trentennale: dalle comunità terapeutiche, che con il coinvolgimento familiare hanno parlato alle famiglie degli utenti (ma anche a quelle che il problema-droga non ce l’hanno), ai progetti educativi con i giovani.

Attraverso tutti questi nostri “sensori”, abbiamo inquadrato varie sfaccettature di una problematicità diffusa, a cui rispondiamo con corsi di formazione per genitori, per insegnanti, per educatori. E proprio da qui, dal territorio, dalle persone comuni, sono arrivate ulteriori segnalazioni di nuove richieste di ascolto e di aiuto, le più disparate, che riguardano la “normalità” messa a dura prova da una realtà sociale sempre più emarginante e individualistica,

fatta di dolorose solitudini, stimoli contraddittori, valori e riferimenti che saltano, che ci rendono più fragili e vulnerabili. Abbiamo così dato vita al Centro di ascolto e orientamento che è appunto il Counseling, e che in questi suoi due primi anni di attività ha raccolto segnali di preoccupazione, di crisi, di una crescente difficoltà relazionale, lanciati appunto dalla famiglia.

Daniela Scrollavezza
Presidente dell'Associazione "La Ricerca"

DALL'ANGOSCIA ALLA SERENITÀ: NEI VOLTI I PASSI DELLA RISALITA

In trent'anni di incontri con i genitori, come responsabile del Settore Famiglie dell'Associazione "La Ricerca", ne ho visti passare davvero tanti di volti: volti angosciati in cerca di un aiuto, di qualcuno a cui affidarsi per capire come affrontare la tossicodipendenza di un figlio. La prima trasformazione avviene quasi subito, quando mi rivolgo a queste mamme, a questi padri tormentati, con una modalità inaspettata, che non è quella della "risposta" immediata al loro problema: propongo di costruire insieme un percorso che ci porterà ad affrontare il loro malessere in modo diverso da quello che si aspettano. Li ascolto... Mi lascio trasportare dai loro racconti, offrendo loro una nuova pagina bianca su cui scrivere, non consegno una risposta risolutiva, ma offro la possibilità di intraprendere un cammino di crescita e di consapevolezza, facendo un pezzo di strada insieme: propongo di partecipare ai gruppi di auto-mutuo-aiuto. Al tormento, che talvolta è intriso di rabbia e disillusione, talvolta invece fatto di sguardi abbassati sotto i colpi della sfiducia, dell'imbarazzo, subentra lo stupore. I volti esprimono interesse e curiosità, pur non nascondendo al tempo stesso spavento, dubbi, e tante perplessità.

Intimoriti, difficilmente, al primo incontro, i genitori chiedono chiarimenti su questo metodo ancora a molti sconosciuto e comunque più spesso associato al problema dell'alcolismo, un metodo che viene dai Paesi anglosassoni, da culture lontane dalla nostra, ma che la nostra associazione pratica qui a Piacenza da una trentina d'anni e con risultato.

La perplessità si trasforma, così, in interesse quando comincio a spiegare che cosa accade con l'auto-mutuo-aiuto, come si svolgono gli incontri di gruppo: si tratta di percorsi di condivisione che scardinano i ruoli tradizionali di chi offre aiuto e di chi viene aiutato, perché consentono un'azione reciproca tra le persone stesse, tra le persone e il "facilitatore" di gruppo, un esperto che non è lì per dispensare consigli, perché in questo contesto sono i

genitori stessi che trovano insieme il modo di fronteggiare il problema che li accomuna, pur con vissuti e sfaccettature diverse.

A partire, infatti, dalla consapevolezza dell'importanza della figura genitoriale nel processo di crescita dei ragazzi, l'Associazione "La Ricerca", da sempre, utilizza i gruppi di auto-mutuo-aiuto (AMA) come sostegno alle famiglie nel difficile compito educativo. I gruppi AMA sono un luogo di condivisione, di interesse e accoglienza dove è proprio attraverso la solidarietà tra le famiglie che si valorizzano le risorse personali e i membri del gruppo sperimentano la crescita del senso di efficacia e competenza verso i problemi. I primi contatti delle famiglie con l'associazione avvengono attraverso colloqui di conoscenza con un operatore esperto che ascolta e valuta il grado di motivazione dei partecipanti all'inserimento nei gruppi di auto-mutuo-aiuto. I gruppi hanno cadenza settimanale (solitamente nella serata del martedì dalle ore 20,00 alle ore 22,00). Si sviluppano in un arco di tempo che varia a seconda delle situazioni personali e comunque per un periodo costante e protratto nel tempo. I gruppi AMA sono destinati principalmente a familiari (genitori, fratelli, partner) inseriti nei percorsi terapeutico-educativi dell'Associazione "La Ricerca", ma anche a tutti coloro che si rivolgono a noi per comprendere le strategie educative più consone per sciogliere difficoltà con i figli. La metodologia dei gruppi di auto-mutuo-aiuto, negli anni, è stata sperimentata e attuata non solo per problematiche legate all'uso di sostanze, ma anche per altri bisogni correlati ai temi della prevenzione primaria. Sul territorio piacentino, infatti, svolgiamo percorsi di auto-mutuo-aiuto per genitori di ragazzi pre-adolescenti e adolescenti finalizzati al confronto e dialogo tra famiglie sugli aspetti critici di questo difficile momento educativo.

Inoltre, sono stati sperimentati gruppi di auto-mutuo-aiuto sulle seguenti tematiche: *care-giver* familiari, autostima nella relazione educativa, crisi di coppia e genitorialità delle persone separate.

Un passaggio di risorse da famiglia a famiglia: è questa l'essenza del processo formativo dei gruppi AMA. Tale passaggio è guidato e supportato dai facilitatori di gruppo che agevolano la riflessione e la comunicazione. Fondamentale è l'autenticità e la sincerità con cui si interagisce all'interno del gruppo, l'ascolto verso l'altro e verso se stessi, rinunciando ad esprimere giudizi e aiutando gli altri attraverso il racconto della propria storia, nel rispetto della puntualità e della riservatezza.

La partecipazione è spontanea, gratuita e volontaria, e a ciò corrisponde il potersi mettere in gioco, il parlare in prima persona, se lo si desidera, l'aiutare se stessi, aiutando gli altri. Le persone interagiscono alla pari partendo dalla narrazione di sé, strumento che permette di raccogliere e riorganizzare le proprie emozioni, attribuendone nuovi significati e trasformando i ricordi spesso frammentati e confusi in qualcosa di maggiormente compreso da sé e da chi ascolta.

Nei gruppi incontriamo perlopiù genitori con il problema della tossicodipendenza dei figli, che arrivano qui intimiditi. In loro si percepisce la difficoltà di varcare la soglia di ingresso dell'associazione, vivono un senso di imbarazzo e con occhi spaesati si aspettano di ricevere una formula per cambiare la propria situazione di difficoltà. Invece trovano altri genitori, un po' più avanti nello stesso percorso, e volontari che, con ascolto e accoglienza, provano a "prenderli per mano" per condurli verso una maggiore conoscenza di sé, e consapevolezza delle relazioni familiari, nello specifico, verso l'apprendimento di una nuova modalità di comunicazione con i figli. Qui gli sguardi si intrecciano e i volti prendono sembianze diverse e, solo quando qualcuno trova il coraggio di aprire il proprio cuore agli altri, i sentimenti si moltiplicano, passando dalla vergogna, dal senso di colpa e rabbia, alla capacità di ritrovare dentro di sé la voglia di ricominciare a vivere. Allora i volti cambiano ancora e si distendono, lasciando intravedere una nuova carica interiore che porterà questi genitori a prendersi cura delle relazioni familiari in modo rinnovato, superando le proprie paure, confortati dalla condivisione di ciascun componente del gruppo.

Nel confronto di esperienze all'interno dei gruppi di auto-mutuo-aiuto, si instaura un meccanismo di scambio reciproco di risorse e si scopre, in questa relazione, il maturare di un senso di forza, di competenza che trasforma e rivitalizza: è così che i genitori aumentano la stima di sé e la convinzione nelle proprie capacità.

Questa certezza quanto fa cambiare i loro volti! Sono volti che anche solo con uno sguardo o con un cenno di approvazione trasmettono il desiderio di andare avanti, alla scoperta dell'altro, cercandolo, ascoltandolo, intrecciando e tessendo rapporti con una modalità "orizzontale" che descrive cos'è, veramente, il sostegno e la mutualità tra famiglie.

Al termine di questo percorso non semplice, ma avvincente, le famiglie si ritroveranno a far parte di un processo di cambiamento del proprio funzionamento familiare che sarà una ricchezza per il futuro di relazione con il figlio, che a sua volta avrà saputo liberarsi dall'uso di sostanze e vivere in modo appropriato i legami familiari.

È attraverso i gruppi di auto-mutuo-aiuto che comincia la volontà dei genitori di trasformare le proprie energie in forza costruttiva che genera benessere, perché, quando si sta meglio, viene voglia di fare qualcosa per gli altri. Allora la fiducia in se stessi diventa speranza da infondere negli altri, con gratuità, impegno e solidarietà. Volete che vi spieghi com'è, a questo punto, il viso di questi genitori?

Anna Papagni

Responsabile Gruppi Auto-Mutuo-Aiuto dell'Associazione "La Ricerca"