

Dinamiche familiari e tossicodipendenza

A cura del dott. Gianluca Noto, psicologo e psicoterapeuta relazionale – sistemico

L'essere umano è definito dalla qualità delle *relazioni* che stabilisce con gli altri intorno a sé: più semplicemente è un *essere sociale*. Perciò il suo *essere* è meglio comprensibile se si allarga lo sguardo all'ambiente che lo circonda.

Il contesto di appartenenza più prossimo è la famiglia, all'interno della quale ognuno cresce e stabilisce i primi contatti sociali, ricevendo stimoli importanti che orientano la personalità, le inclinazioni, il modo di comunicare e di stabilire relazioni.

La famiglia è un sistema complesso in cui le strette connessioni fra i vari membri fanno sì che i cambiamenti in uno di essi si ripercuotano più o meno facilmente sugli altri. Nel caso si verifichi disagio, questo può riverberarsi all'interno del gruppo familiare come un segnale che attiva tutti i componenti. Viceversa, la sofferenza individuale può costituire un segnale di malessere più esteso, che riguarda il gruppo familiare e i compiti evolutivi del suo ciclo di vita.

Per questo allargare il campo di osservazione all'intera famiglia può facilitare la comprensione del *disagio relazionale* che accompagna il problema della tossicodipendenza: quando il funzionamento della famiglia è "disturbato", infatti, si manifestano nei suoi componenti sintomi di malessere psicofisico quali ansia, irritazione, depressione, noia, insicurezza, bassa autostima, mancanza di autonomia, forte dipendenza, rifugio fantastico finanche uso di sostanze psicoattive come autoterapia.

Tali situazioni possono modificare o irrigidire schemi relazionali spingendo a cercare una soluzione, ma spesso con la sensazione di infilarsi in un tunnel dove gli spiragli di luce si diradano sempre più.

Si verifica non solo una resistenza al cambiamento, ma anche difficoltà a rendersi conto di essa e che da un punto di vista relazionale certi approcci ai problemi finora funzionali, ormai sono disfunzionali per una famiglia che cresce e cambia in ogni suo membro e quindi nei rapporti reciproci. Questa situazione è tipica delle famiglie con tossicodipendenti e si presenta in uno specifico momento del loro ciclo di vita, ovvero quando il figlio comincia a richiedere maggiori spazi di autonomia, in corrispondenza della fase adolescenziale. Fare ricorso a sostanze stupefacenti assume una funzione relazionale ambivalente: da una parte permette al tossicomane di essere distante, indipendente ed individuato, dall'altra lo rende dipendente in termini di danaro e di mantenimento.

Nella fase in cui si dovrebbe attuare lo svincolo adolescenziale dalla famiglia, l'esterno viene avvertito come minaccioso e si ha la percezione della casa come microcosmo sociale in cui rinchiudersi. Il male è nel sociale e la casa rappresenta una gabbia dorata, che da un lato è un contenitore rassicurante, dall'altro però è altamente asfissiante.

La tossicodipendenza rappresenta uno spazio altro rispetto al microcosmo saturo che è la casa, in cui poter immaginare di esperire una qualche forma di pensiero autonomo.

L'abuso di droga (così come ogni altro sintomo grave di disagio) può servire a mantenere insieme i genitori o a raggiungere l'obiettivo di far interrompere un litigio tra loro. In una coppia genitoriale in stallo relazionale può verificarsi una triangolazione del paziente che lo spinge a stabilire un rapporto preferenziale col genitore che sente più in difficoltà. Il figlio, in questo caso, assume il ruolo, emotivamente difficile, di mediare la tensione latente tra i genitori e di colmare artificialmente un vuoto affettivo. In questi giochi di triangolazione il ragazzo svolgerebbe la funzione di contenimento e di mascheramento di conflitti genitoriali latenti.

Nella famiglia del tossicodipendente c'è difficoltà a trattenere i contenuti mentali "emozionanti", ovvero alcuni vissuti risultano troppo dolorosi o pericolosi per la stabilità del clima familiare; non potendo essere verbalizzati o tollerati vengono trasformati in agiti. Le emozioni appaiono sotto forma di aggressività fisica o verbale oppure come vere e proprie angosce nei confronti della vicinanza fisica con i propri familiari. Tutto il sistema sembra vivere all'ombra di una minaccia costante e incombente, come terrorizzato che possa accadere qualcosa di ingestibile e catastrofico: l'irruzione dell'emozione profonda. Se si sta dentro la famiglia e si sente, si pensa ciò che avviene al suo interno, allora si sperimentano dolori così

profondi che c'è bisogno di morfina per riuscire a “stare dentro ma non pensare; stare dentro ma non affrontare i problemi, vissuti come insopportabili”.

Il consumo di droghe illecite in questi ultimi decenni è divenuto sempre più un fenomeno adolescenziale che trova il suo innesco non tanto in problematiche psicopatologiche o devianti ma nel quadro delle normali problematiche evolutive legate all'adolescenza che, a loro volta, rappresentano un evento perturbatore che pone la famiglia nella necessità di modificare le proprie relazioni, compito di per sé difficile come lo è ogni cambiamento, ma naturale per ogni famiglia nel corso del suo normale ciclo di vita: ad esempio, il figlio per diventare adulto deve imparare a relazionarsi alla pari con gli altri adulti e quindi anche con i propri genitori.

Perché l'adolescente possa ridefinire la propria identità ha bisogno che anche la sua famiglia e, quindi, ogni suo membro, sia disposto a fare altrettanto. Modificare il contesto all'interno del quale si è presentata una situazione di disagio può aiutare a modificarne il vissuto.

Aiutare la famiglia, in tutte le sue componenti, a riflettere sui propri schemi relazionali, sui vissuti, sulle proprie peculiarità comunicative, significa non solo favorire una maggiore conoscenza reciproca, ma soprattutto consentire che si scoprano *risorse* interne, offrendo punti di vista diversi, condivisione e confronto.

Dott. Gianluca Noto
Tel. 347 7321329