

I VOLTI DEL DISAGIO

crescere in-dipendenti?

Rosella
De Leonibus

Alessio aveva 17 anni quando ha cominciato a giocare. Prima al bar, alle carte con gli amici, puntavano 20, 30 euro al massimo. Poi sono arrivate le *slot machines*, e non servivano più neppure gli amici. Poi è arrivato il videopoker on line, e non era più necessario neppure uscire di casa. Non è andato più a scuola Alessio, ha cominciato invece a scommettere anche sui cavalli, perché aveva scovato in internet un sito molto nascosto che gli permise di vincere molto denaro. Poi cominciò ad uscire di nuovo, ma solo a notte fonda. Era stato attratto da una bisca clandestina, dove si dette un tono con le anfetamine, perse tutto e, per rifarsi, contrasse un debito da un usuraio, che lo minacciò di morte una notte in strada. Lo agganciarono subito dopo alcune bande criminali per lo spaccio, così avrebbe potuto ripagare il debito. È sotto processo, ora, e non si rende conto ancora del rischio che ha corso.

minori a rischio

L'osservazione clinica conferma le statistiche: è nell'adolescenza che si radicano le dipendenze, nelle loro diverse forme. Più di metà dei ragazzi e delle ragazze tra i 18 e i 25 anni sono fumatrici o fumatori oppure consumano regolarmente alcool, oppure hanno già fumato cannabis, una buona parte di loro in modo abituale. E una percentuale ancora più alta di giovani ha sviluppato una dipendenza di tipo comportamentale, di quelle senza sostanze, in primis il gioco d'azzardo patologico. I dati sono spaventosi: un *under* su cinque gioca d'azzardo, e un 30% dei genitori ne sono all'oscuro. Il 25% dei bambini tra i 7 e i 9 anni si sono già avvicinati a lotterie e gratta e vinci. Sono 800.000 in Italia gli adolescenti tra i 10 e i 17 anni che giocano d'azzardo, magari utilizzando la paghetta settimanale o il contante regalato dai nonni

(inchiesta svolta da Datanalysis, per conto di SIMPe-Paidòss, presentata a Marrakech nell'aprile 2014 all'International Pediatric Congress on Environment, Nutrition e Skin Disease). L'aspetto più preoccupante è la elusione del problema da parte degli adulti, i quali per un terzo sembrano non aver chiaro che il gioco d'azzardo contiene una deriva patologica a cui l'adolescente è particolarmente esposto. Il 90% dei genitori non sa cosa significhi «ludopatia», e il 50% frequenta sale scommesse più o meno frequentemente, la stessa percentuale dei ragazzini. I giovanissimi non giocano per denaro, rileva l'indagine, ma per divertimento, per il brivido della scommessa, perché si diventa visibili tra i compagni, si è più «popolari». Le scommesse, il rischio di perdere e l'eccitante speranza di vincere diventano presto affascinanti, e poi subito dopo pericolosi. Un bambino che gioca la paghetta alle *slot machines* o alla sala giochi ha molte probabilità di diventare un adulto che butterà la sua paga nella sala scommesse, afferma Giuseppe Mele, presidente SIMPe e Paidòss.

Se questo comportamento si radica in età adolescenziale, la personalità nel suo complesso verrà strutturata intorno a questa modalità di rapporto col mondo. Questo comporta che nell'età adulta la vita sarà fondata sul gioco. Ogni tentativo di uscire da questa dipendenza metterà in crisi l'intero assetto della personalità, con il rischio di destrutturare gravemente le fragili colonne portanti dell'identità della persona, lasciando emergere i disturbi talvolta anche molto seri che la dipendenza copri.

emozioni posticce

Manifesta non solo un disagio profondo, la ludopatia, ma anche un malessere culturale vasto e pervasivo (V. Caretti e D. La Barbera, *Le dipendenze patologiche*, Raffaello Cortina, 2005). Racconta di un desiderio



di fuga e di una incapacità a tollerare il dolore mentale che porta, qualche volta anche con la coscienza lucida, a scartare la via del pensiero e della riflessività per cercare invece qualcosa che produca una scarica emozionale ripetuta, che man mano sarà agita in modo sempre più compulsivo. Emozioni forti che generano uno stato di eccitazione nella mente e nel corpo, una specie di *luna park* sempre accessibile incastonato nella vita quotidiana. L'illusione di cambiare la propria immagine, l'atmosfera della propria esistenza, non con lo sforzo, il progetto, la tenacia, ma cavalcando l'onda di una sorte amica: qui sotto si nasconde la sensazione profonda della propria inefficacia e della propria sotterranea disperazione. Si diventa presto preda facile del marketing furbastro del Paese dei Balocchi, che vende brividi, sogni e illusioni al prezzo di un biglietto o di una *fiche*. La «normalità statistica» livella tutto e impedisce di percepire chiaramente il problema: se metà dei ragazzi e delle ragazze hanno comportamenti o stili di vita orientati alle dipendenze, che si chiamino televisione, *smart phone*, videogiochi, giochi di ruolo, *smart drugs* in discoteca, cannabinoidi, alcool, cibo, consumo di sesso, gioco d'azzardo, collegati a tutta la gamma dei disturbi d'ansia e dei malesseri depressivi, allora dobbiamo guardare altrove. Dobbiamo guardare a bisogni profondi non appagati, a sentimenti di inadeguatezza e sfiducia, ad angosce e a vuoti di senso e di progetto, vuoti di relazioni significative e autentiche, dobbiamo guardare alla incapacità di riconoscere a dare spazio in modo costruttivo alle emozioni, alla incapacità di pensare con la propria testa, storditi come si è dalla tendenza a ricoprire un ruolo, una funzione preconfezionata, diventare un personaggio anziché essere una persona, alla compulsione ad essere omologati. Il pensiero, l'elaborazione critica, la progettazione, la valutazione delle conseguenze, sono

spariti tutti insieme, inghiottiti dal gorgo vorace della identificazione con l'oggetto bramato, che da solo vorrà bastare a riempire tutte le valenze del mio sé omologato. E anche del mio sé eccentrico, imprigionato in una cornice standardizzata.

impulsi telecomandati

L'impulsività, cioè la tendenza ad agire senza alcuna mediazione riflessiva, che è un tratto tipico del sé adolescente, si aggancia al gioco d'azzardo in modo ferocemente semplice. (Cyders e Smith, «*Emotion based disposition to rash action: positive and negative urgency*», *Psychological Bulletin*, 134, 6). *Urgenza negativa* – la tendenza ad agire sotto la pressione di una emozione sgradevole –, *Assenza di premeditazione* – agire senza pensare alle conseguenze –, *Assenza di perseveranza* – incapacità di concentrarsi su compiti lunghi o difficili –, *Ricerca di sensazioni* – desiderio di esperienze eccitanti, nuove e «spericolate» –, *Urgenza positiva* – spinta ad agire sotto l'impulso momentaneo dell'entusiasmo o del piacere –, descrivono bene il modo di vita e di pensiero degli adolescenti, che fisiologicamente non hanno ancora maturato, a livello neurologico, i lobi prefrontali. Questa immaturità, che ha bisogno ancora di anni ed anni per diventare mediazione responsabile tra il proprio impulso e la realtà concreta, trova una sua pericolosa cristallizzazione e amplificazione nel contesto più ampio a livello politico, sociale, economico. Quando la legislazione rende possibile e accessibile il gioco d'azzardo nelle sue tante forme, il ruolo del contesto diventa prevalente rispetto alla eventuale area di disagio psicopatologico che potrebbe dar conto di una parte del problema.

Fare prevenzione significa agire su un'opure entrambi di questi due livelli: rimuovere i fattori di rischio, e/o potenziare i fattori di protezione. I fattori di rischio sono

I VOLTI DEL DISAGIO

quegli elementi individuali e di sistema che aumentano la vulnerabilità delle persone, del gruppo e delle comunità. Spesso sono difficili da rimuovere, perché comportano lunghe e complesse articolazioni di lavoro, anche ove fosse già presente una chiara volontà politica. I fattori protettivi sono quelle abilità, competenze, esperienze, individuali e di sistema che sviluppano resilienza negli individui, gruppi, comunità. Puntare invece sui fattori di protezione migliora la probabilità di conseguire benessere anche in presenza di un certo fattore di rischio.

Diventa cruciale allora la qualità dell'approccio alla prevenzione e al trattamento, se consideriamo che una maggiore quota di risorse pubbliche destinata al *welfare* rappresenta di fatto un potente fattore protettivo nei confronti delle condotte di *gambling* in adolescenza (studio sui dati Espad 2011, Istituto di Fisiologia Clinica del Cnr di Pisa, che confronta la prevalenza del gioco d'azzardo patologico in vari paesi europei con la spesa in salute pubblica). Far crescere le ragazze e i ragazzi in un ambiente di vita che li protegga dalle dipendenze patologiche significa prima di tutto lavorare perché le politiche del *welfare* possano destinare fondi sufficienti a politiche attive e partecipate di promozione della salute e di stili di vita salutari, fin dalle scuole dell'infanzia e via avanti verso contesti di adultità. Solo con questa premessa avrà senso lavorare sulle difficoltà psicologiche dei singoli, nel quadro, comunque, degli ambienti di vita.

costruire il proprio benessere

L'idea di promozione della salute nasce da un modello bio-psico-sociale del benessere, e stabilisce il suo fondamento sui fattori ambientali e istituzionali, cioè le politiche pubbliche orientate a costruire condizioni adatte, su cui le singole persone possano più facilmente attivare scelte di vita volte a mantenere la propria salute. Sono i fattori politico-istituzionali che pongono in grado le cittadine e i cittadini di sviluppare al meglio le proprie capacità fisiche e mentali e costruire responsabilmente e attivamente il proprio benessere.

Si tratta di creare i prerequisiti per la salute: una buona assistenza sanitaria, politiche educative diffuse e precoci, promuovere e diffondere modelli positivi di stili di vita sani. Per il gioco d'azzardo, sui grandi numeri sono fattori di protezione il lavoro e lo studio, lo scarso impatto della microcriminalità, politiche di comunicazione sociale che

promuovano atteggiamenti critici davanti alle ludopatie e alle dipendenze in genere. In questo quadro generale, si possono collocare le singole azioni per sviluppare, nelle generazioni più giovani, una consapevolezza più precisa dei correlati economici e di crimine organizzato che stanno a monte e a valle del gioco d'azzardo, delle conseguenze negative a livello familiare, lavorativo e sociale delle ludopatie, e della sofferenza psicologica che il gioco d'azzardo nasconde e produce. Solo alla fine si potrà chiarire quali trappole mentali ed emotive scattano nella mente del giocatore, e come uscire dal comportamento dipendente.

Far crescere ragazze e ragazzi indipendenti vuol dire allora lavorare sulla possibilità di costruire occasioni per imparare a «pensarsi» e «pensare il mondo», osservare se stessi e la propria esistenza con occhi diversi, uno spazio mentale per uscire dagli stereotipi mediatici, costruire un filtro interiore di riflessione tra il sentito e l'agito, incidere sulla realtà, a partire dai contesti relazionali tra pari, per arrivare al contesto ambientale, per vivere il gruppo dei pari con una modalità più attiva e il proprio «capitale relazionale, il più potente fattore di protezione.

Tutto questo significa fare prevenzione in modo attivo, sostenendo il sentimento di autoefficacia in modo che ragazze e i ragazzi valorizzino le loro competenze e siano coinvolti nel processo di sensibilizzazione con un ruolo di produttori di punti di vista diversi e originali su se stessi e sul loro mondo. E diventino capaci di assumere una nuova sensibilità, come anche la responsabilità e la competenza comunicativa che questo comporta, capaci di co-progettare e di coinvolgersi direttamente nel percorso di sensibilizzazione. Saranno importanti anche i climi e i metodi di lavoro: atmosfera tollerante, senza tattiche che facciano leva sul moralismo e sulla paura: creare un clima di dialogo aperto e privilegiare sempre metodi interattivi – come le discussioni in piccolo gruppo, le attivazioni individuali con linguaggi immaginativi, narrativi, autonarrativi, giochi di gruppo e giochi di ruolo.

Di questo avrebbe avuto bisogno a scuola e nel suo quartiere, Alessio. Ora sarebbe già laureato. Era un ragazzo sveglio, bello, brillante. Ora, a venticinque anni, è un vuoto a perdere con poche chances. Poteva essere una risorsa per la sua famiglia e la sua comunità, e soprattutto per se stesso. Ora la sua carcerazione costerà centinaia di euro al giorno, molto molto di più rispetto ad un bel progetto di educazione sociale.

Rosella De Leonibus

della stessa Autrice

**PSICOLOGIA
DEL
QUOTIDIANO**
pp. 168 - € 20,00

**COSE
DA GRANDI**
nodi e snodi
dall'adolescenza
all'età adulta
pp. 176 - € 20,00

**PIANETA
COPPIA**
così vicini
così lontani
pp. 264 - €#18,50

(vedi Indici
in RoccaLibri
www.rocca.cittadella.org)

per i lettori di Rocca
€ 15,00 ciascuno
spedizione compresa

richiedere a
Rocca - Cittadella
06081 Assisi
e-mail
rocca.abb@cittadella.org