

Ce.p.i.a. "S.Leonardo"

-CENTRO PRIMO INTERVENTO ANTIDROGA- ONLUS
Strada Mantovanella 8 – 46100 - MANTOVA
Tel. 0376/390286 – e mail : cepia.sanleonardo@libero.it
c.f.93005830208

COVID-19 E DIPEDENZE:

L'ESSENZA UMANA DIMENTICATA CHE LA PANDEMIA PUO' RENDERE VIRALE

Bloccati dentro alle mura accoglienti e tecnologiche delle nostre case, talvolta con le mani in pasta, perché almeno una torta o una pizza sono un gustoso motivo per sviare la mente dalle preoccupazioni e dallo stress spesso indotti dallo tsunami di numeri e notizie che i mass media ci propongono.

Non sono tempi facili e i motivi sono tanti. Sul primo gradino del podio si potrebbero mettere le paure.

Prima tra tutte quella di ammalarsi come singoli, di venire contagiati da questo virus tanto invisibile, quanto subdolo, capace però di riunire con i suoi sintomi le varie generazioni e le loro peculiarità, i differenti ideali, gli stili di vita, le diverse abitudini e quella libertà che singolarmente manca all'intera collettività.

In tal senso il virus non fa distinzioni, rispetta tutti nel suo imprevedibile e dannoso avanzare.

Poi arriva la paura di perdere i genitori, i parenti, il marito o la moglie, la compagna/o, i figli, ma anche gli amici. In altri termini si teme che venga meno quella fetta di altri, che non è nient'altro che lo scheletro di ciascuno di noi. Perdere qualcuno fa male, ma nella prima fase di lockdown forse ancora più dolorosa è stata l'impossibilità di esserci per l'ultimo saluto al defunto, un modo per onorare chi se ne è andato, un atto dignitoso di memoria, la manifestazione di come ognuno abbia valore con la sua presenza, con il suo esserci. Esserci, ossia essere con, ma anche essere per. Questa probabilmente è la cosa che più ci manca in questo tempo di distanziamento, dove ad emergere sono anche le fragilità.

Ecco chi si colloca al secondo gradino del podio dei motivi per cui i tempi non sono facili: le fragilità!

Se la paura si fa vedere, specie quando si rimane distanti gli uni dagli altri, le fragilità sono un po' come il Covid-19, invisibili ma presenti.

Spesso le fragilità sono ben nascoste dall'istinto umano di vivere con dignità, ossia la condizione di nobiltà ontologica (d'essere che esiste) e morale in cui l'uomo è posto proprio per sua natura.

Il più delle volte il lento ma incessante scorrere del tempo cronologico rende le fragilità meno evidenti, specie se siamo immersi in una abituale e frenetica routine. Eppure ora che il tempo pare rallentato proprio per tutti, con la noia che ogni tanto bussava alla porta, ci stiamo rendendo conto di essere tutti anche un po' fragili. D'altra parte proveniamo da una condizione di generale benessere, dove la frustrazione viene mal tollerata e comunque a dosi ridotte. Ora ci siamo ritrovati (ahinoi impreparati!) ad affrontare qualcosa che proprio non ci appartiene, ma che può farci riscoprire chi siamo davvero e ad abituarci a una nuova forma di piacere, che vorrei definire Ben-essere. Per poter esplicitare al meglio il tema della ri-scoperta e del Ben-essere ho voluto confrontarmi con gli ospiti della comunità di reinserimento per persone ex tossicodipendenti "Cepia San Leonardo", dove da quattro anni lavoro in qualità di educatore professionale.

Non è una scelta casuale, tutt'altro. Ho voluto partire da un luogo in cui le persone ospiti spesso entrano sentendosi rinchiusi, costretti a dover obbedire a regole, senza capirne una reale finalità o tornaconto personale. Per gli ospiti il lockdown è stato un arresto forzato in una condizione di apparente arresto.

Cos'è il Cepia? E' una comunità definita "di rientro", la cui finalità è il reinserimento completo di persone che hanno abusato di sostanze psicoattive, all'interno della società.

Questo obiettivo è stato proprio quello che il Covid ha negato agli ospiti della struttura e di tutte quelle che lavorano in maniera simile sul territorio nazionale. Le uniche uscite permesse sono quelle necessarie (vestiti, farmaci e visite mediche). Sono venute meno le visite ai propri cari, le attività sportive e socializzanti, la partecipazione ai bandi di assegnazione delle case popolari o le attività di volontariato.

La maggior parte del progetto terapeutico delle persone ospitate è stato messo in una sorta di stand-by.

Ce.p.i.a. "S. Leonardo"

-CENTRO PRIMO INTERVENTO ANTIDROGA- ONLUS
Strada Mantovanella 8 – 46100 - MANTOVA
Tel. 0376/390286 – e mail : cepia.sanleonardo@libero.it
c.f.93005830208

In questo periodo il lavoro psicologico (curato dalla dott.ssa Ferrari Martina) ha avuto come focus principale quello di permettere agli ospiti di contattare tutte le emozioni negative senza negarle né far sì che prendessero il controllo della loro mente. Sono stati fatti esercizi di meditazione, riflessioni sui comportamenti da tenere, e organizzazione di attività che potessero comunque rendere le loro giornate piene e significative.

Il lavoro più duro è stato per quelle persone che hanno figli, soprattutto piccoli; la lontananza da essi è stata davvero molto difficile da sopportare. Il senso di frustrazione è aumentato quando vi è stato uno scollamento tra i decreti nazionali e i decreti regionali i quali non hanno permesso l'uscita dalle strutture residenziali.

Eppure tra la frustrazione, la rabbia, il senso di impotenza, il disorientamento verso un futuro privo di concreti obiettivi e colorato dalla paura di rimanere persone sole, si sono fatte largo alcune nuove consapevolezze e si sono accese nuove speranze.

In occasione di un recente gruppo educativo gli ospiti hanno condotto un ragionamento davvero sorprendente, partendo dal loro passato sino ad arrivare a immaginare il loro domani, nella consapevolezza che almeno nel futuro più prossimo, tutto deve essere progettato e costruito considerando l'ingombrante presenza della pandemia.

Il ragionamento degli ospiti parte dall'evoluzione del fenomeno droga e dalla centralità che hanno le persone intrappolate dalla silente catena della dipendenza, probabilmente incentivata da un contesto sociale meno solidale e più alienante.

I problemi inerenti alle sostanze sono leggermente evoluti: ci sono nuove droghe, perlopiù di origine chimica, ed è cambiato anche il modo di usarle e di entrarne in possesso. Non sono invece cambiati i motivi per cui si inizia ad usarle. Il più delle volte si parte dalla curiosità o dalla necessità di accettazione da parte dei membri di una compagnia. Nel tempo il senso di "farsi" cambia e diviene un'esigenza, quella di staccare dai problemi che non si vogliono e non si riescono a gestire in maniera consona. La sostanza è "buona" perché permette di vivere l'illusione di staccare la spina a coloro che la usano, rafforzando al contempo la silente catena della dipendenza sia fisica che mentale. La persona cessa di essere sé stessa, si crea un divario, nascono maschere e si fanno spazio le bugie, sempre più numerose ma anche più fragili, pronte a cadere.

Si è incatenati! Le sostanze portano alienazione e il vero guaio è quando si inizia a cercare la sostanza e ad usarla da soli, nella frequente convinzione che al mondo non interessa la condizione di una persona o addirittura che le persone ce l'hanno con chi utilizza sostanze.

Il discorso prende una piega diversa e si arriva ad una domanda a mio avviso essenziale:

"Ma se noi ci facciamo di sostanze, chi è normale, chi non usa, avrà pur qualche dipendenza, un modo per evadere dai problemi, per fuggire ed entrare in una dimensione sua, dove non sente il peso delle responsabilità, una sorta di alter-ego, un modo per non essere più il vero sé?"

La risposta che gli ospiti arrivano a darsi è altrettanto sorprendente.

L'alienazione "esterna" sarebbe in gran parte dovuta alla grande diffusione della tecnologia, degli smartphone e dei social-network, delle nuove realtà virtuali.

Gli ospiti considerano indubbia la loro utilità, ma tante sono le perplessità rispetto all'utilizzo di tale mezzi di interazione. Infatti si avrebbe tutto a portata di dito, mille modi per comunicare ma paradossalmente non si sarebbe più in grado di comunicare in modo profondo, autentico e rispettoso.

A pagarne le conseguenze sarebbe la società stessa, immersa in un eterno presente dettato dall'accelerazione mediatica e dalla fame di fama, di approvazione dell'altro per la costruzione del sé.

Il prezzo più alto, ancora una volta, lo starebbero pagando proprio i giovani, seppur anche le generazioni adulte non ne siano escluse.

Ce.p.i.a. “S.Leonardo”

-CENTRO PRIMO INTERVENTO ANTIDROGA- ONLUS
Strada Mantovanella 8 – 46100 - MANTOVA
Tel. 0376/390286 – e mail : cepia.sanleonardo@libero.it
c.f.93005830208

Ecco il terzo e ultimo gradino del podio dei motivi per cui i tempi sono difficili: La presenza!

Si vuole essere qualcuno partendo dalla materialità, dalla quantità di followers in sostanza binaria, mediatica. Eppure la presenza vera, lo sappiamo bene (ma spesso lo dimentichiamo), è quella in carne ossa ed emozioni, completata dal capirsi, dall' ascoltarsi, non solo con le orecchie ma con l'anima.

Tempi duri per questi aspetti così essenziali ma purtroppo poco concreti!

Da queste considerazioni gli ospiti del Cepia arrivano a tirare le fila del discorso, spingendo lo sguardo verso un futuro i cui obiettivi suonano come nuove sfide per coloro che stanno spezzando la catena della dipendenza.

La prima è riuscire a inserirsi nel contesto sociale e lavorativo senza perdere il contatto con il sé, la capacità di ascoltarsi, in altre parole essere presenti, esserci.

Quindi giunge la capacità di scegliere da veri protagonisti della propria vita, a favore della propria e dell'altrui libertà e autonomia, ricordandosi di dirsi grazie, ma anche di saperlo dire. Eccola, la gratitudine.

Infine l'ultima sfida. Coinvolge tutti! Tutti ne possiamo beneficiare, se come singoli ne siamo autori, in modo collegiale. Il risultato? Il Ben-essere, un nuovo modo di vivere nella complessità sociale attuale, di esserci nel mondo, di essere con e per gli altri, con rispetto, gratitudine e solidarietà.

E.p. Andrea Gobbi Frattini