



Verbale del Consiglio Pastorale Tri Parrocchiale
tenutosi presso i locali della Parrocchia di Santa Maria
in data **12 GENNAIO 2020 dalle ore 20,30 alle 22,30**

Presenti don Ugo ed i seguenti Consiglieri:

BARELLA Claudio, BRUNATTI Samuele, CROCE Anna, CHIAVARINO Angela, CONFORTI Manuela, IMBERTI Luca, LATTARULI Paola, DECLERC Viola, MARCECA Anna, MIGLIORINI Elena, PEROTTO Rosanna, PINATEL Amelia, REVIGLIO Liliana, RISTA Fabrizio, RUSSO Francesca, SIMONI Cristina, ZECCHINO Angela.

TOTALE N. 18 PRESENTI

Dopo la recita dei vesperi don Ugo presenta ai consiglieri il relatore della serata di formazione don Paolo Fini, invitato a trattare il tema delle **dipendenze**.

Don Paolo (attualmente parroco della parrocchia della Gran Madre di Torino, Direttore della Pastorale della Salute e coordinatore di tutta l'area del sociale della nostra Diocesi) spiega ai presenti di avere maturato negli anni un'ampia competenza in tema di dipendenze avendo frequentato in Roma, durante gli anni della sua formazione teologica, la "Federazione Italiana delle Comunità Terapeutiche" presieduta da don Mario Pecchi (il primo in Italia ad essersi occupato di questo tipo di comunità, nate negli Stati Uniti, che si occupano di vari tipi di dipendenze). Una volta rientrato a Torino, don Paolo ha aperto un centro di Comunità Terapeutica che rappresenta il Piemonte all'interno della Federazione italiana e successivamente, dopo un periodo di esperienza anche negli Usa (durante il quale si è sempre occupato di tossicodipendenza, di dipendenze e di formazione) è diventato membro del Consiglio mondiale delle Comunità Terapeutiche.

Attraverso la proiezione di diverse *slides*, Don Paolo inizia la relazione spiegando che l'**utilizzo di sostanze** come alcool od oppiacei è sempre stato presente nella società sin dall'antichità sostanzialmente per quattro tipi di uso: edonistico, ricreativo, sociale e religioso (ad esempio l'utilizzo dell'alcool in certi rituali). Nel tempo però è cambiato l'approccio culturale nell'utilizzo delle sostanze stesse; ciò che infatti ha alterato l'approccio culturale tra droghe e società è il **traffico**, lo smercio delle sostanze, che ha svincolato le droghe dalle loro radici culturali e ne ha fatto un puro oggetto di consumo (lo smercio dell'oppio costituisce il 67% del Pil del Pakistan...).

Assumere droga quindi è diventato un atto sociale con dei significati e risponde a dei bisogni: ad es. i broker della City utilizzano l'eroina (e non la cocaina come normalmente si pensa) perché ha un potere sedante, che consente loro di mantenere ritmi di lavoro molto stressanti.

Il **concetto di dipendenza** è **ampio** perché è un contenitore in cui possiamo inserire forze "sane" (dipendenza da cibo, da familiari, da relazioni sociali, da una vita interiore) sia forze "insane" che riducono il potere dell'io ed il benessere dell'individuo, e quindi dipendenza da sostanze (alcool, droghe, farmaci), da persone (genitori, parenti, partners sessuali e amorosi, capi carismatici), da situazioni (sesso, trasgressioni, eccessi...) e da oggetti (computer, smartphone...).

La difficoltà sta nel distinguere ciò che è normale da ciò che è invece patologico: non è semplice capire quando un una sostanza, un comportamento, da normale diventa patologico perché non è sempre possibile dare una definizione netta. Ad esempio, parlando di droghe leggere e di droghe pesanti, generalmente si ritiene che una canna sia una sostanza leggera rispetto al *crack* perché pensiamo alle canne degli anni '70; in realtà **le canne di oggi** contengono degli organismi geneticamente modificati che le rendono **40 volte più potenti** rispetto a quelle dei cd."figli dei fiori" e che possono slatentizzare, ad esempio, le malattie psicotiche (è dimostrato che il 14% delle psicosi giovanili ha avuto inizio con l'utilizzo della cannabis).

La **dipendenza patologica** è quindi una forma morbosa destinata all'uso distorto di una sostanza, di un oggetto o di un comportamento, caratterizzata dal bisogno coatto di essere ripetuta con modalità compulsive. Di fatto, prima della sostanza, è **l'esperienza che dà dipendenza; la dipendenza non è dalla sostanza ma da**

ciò che tu provi. Ad un certo punto si vuole ripetere l'esperienza, e quindi si ripropone il sistema con la sostanza, con il comportamento oppure con gli oggetti.

Nella dipendenza patologica sono presenti i fenomeni: del **craving**, che significa **fame** ma non di sostanza ma fame **di esperienza**, di provare delle cose (ad es. fame di sentimenti); dell'assuefazione e dell'astinenza in relazione ad una abitudine incontrollabile ed irrefrenabile che il soggetto non può allontanare da sé.

Il craving è il concetto fondamentale per capire il fenomeno delle dipendenze, è l'elemento che unifica le dipendenze patologiche: è una forte attrazione di intensità variabile verso sostanze o esperienze appetibili, tale da comportare la perdita del controllo anche in presenza di forti ostacoli, rischi o pericoli.

Le **dipendenze** sono riferibili **sia a sostanze**, legali ed illegali (alcool e droghe), **sia ad oggetti**, sia ad una vasta gamma di **comportamenti** presenti nella vita di tutti i giorni come cibo, sesso, relazioni affettive, televisione, internet, shopping compulsivo, gioco d'azzardo, lavoro eccessivo, sport estremi. Esse hanno in comune la capacità di provocare stati soggettivi di piacere ed in certi casi di euforia, cioè di alterare lo stato di coscienza ordinario, in maniera tale che questa esperienza deve essere ripetuta. La dipendenza è infatti mossa dal sistema della gratificazione

Tra le dipendenze da oggetti e da comportamenti va evidenziata la **dipendenza da internet** (cd. **IAD**, *Internet Addiction Disorder*) che è **molto diffusa tra le nuove generazioni**, ma in **grande misura anche tra adulti e anziani**, fasce di popolazione queste che non si immaginavano (circa il 40% della popolazione mondiale possiede una connessione ad internet).

La dipendenza nello IAD si verifica quando la maggior parte del tempo e delle energie vengono spesi nell'utilizzo della rete, creando disfunzioni nell'area personale, relazionale, scolastica, familiare, affettiva. Comprende aspetti differenti a seconda del tipo di attività svolta in rete (sesso virtuale, relazioni virtuali, gioco on line d'azzardo o no) e provoca altri cinque tipi di dipendenze: -*Cyber Relation Addiction* (dipendenze dalle relazioni virtuali); - *Information Overload* (sovraccarico cognitivo caratterizzato da ricerca ossessiva sul web); - *Cybersexual Addiction* (dipendenza da sesso virtuale); - *Computer Addiction* (gioco off line, coinvolgimento eccessivo in giochi virtuali che non prevedono l'interazione tra più giocatori); - *Net compulsion* (gioco on line che vede il coinvolgimento eccessivo e comportamenti compulsivi collegati a varie attività on line come gioco d'azzardo, shopping compulsivo e giochi di ruolo).

Don Paolo evidenzia che la dipendenza da relazioni virtuali è interessante perché parte dal **bisogno di comunicare**, che di per sé non è un bisogno negativo; il problema è che si entra in una logica diversa, quella del *nickname* (soprannome utilizzato in rete da un utente) in cui avviene l'idealizzazione di sé, dell'altro e del contesto: la persona è sollecitata a dare di sé un'immagine diversa da quella reale per suscitare l'interesse dell'altro o per scoprire aspetti di sé che non conosceva.

La possibilità di creare relazioni virtuali dà però vita ad una situazione alla quale, con tempo, la persona non riesce più a rinunciare. La persona non riesce più a controllare, ridurre o interrompere questa pratica, rendendo superficiali o veloci o trascurando del tutto le relazioni interpersonali.

In certi casi poi queste dipendenze possono portare anche disturbi psichiatrici come la *sindrome di Hikikomori*: persone, soprattutto giovani, si isolano nelle loro abitazioni, rifiutano ogni contatto col mondo esterno, arrivando addirittura a sigillare le finestre perché la luce del sole non entri nella loro stanza (qualche mese fa un giovane ricoverato al CTO di Torino, affetto da questa sindrome, si è suicidato perché gli è stato tolto il computer...). In altri casi è possibile confondere le dipendenze con malattie psichiatriche più gravi come la schizofrenia, la depressione, il ritardo mentale... E' comunque complesso fare una diagnosi circa la natura della patologia poiché in certi casi non è semplice distinguere la dipendenza da relazioni virtuali dalle patologie psichiatriche.

Fatta questa dettagliata spiegazione, don Paolo spiega che esistono due differenti metodi di analisi del problema delle dipendenze: c'è la linea clinica che psichiatizza tutto e identifica le patologie che troviamo nei manuali psichiatrici, e c'è la linea psico-pedagogica che affronta il disturbo da uso di sostanze/comportamenti/oggetti non solo dal punto di vista clinico ma anche da quello emotivo come una risposta sbagliata alla vita, al problema del vivere, alla difficoltà del vivere. La difficoltà nell'affrontare questo problema sta proprio qui, perché la dipendenza nasce da un modo di pensare in cui è difficile entrare.

Come porsi di fronte a questo tipo di problemi, per esempio all'interno di una comunità, di una Parrocchia? Non serve negare l'esistenza del problema, oppure minimizzare, limitandosi a verificare se, ad esempio, i giovani facciano o meno uso di canne. Fare prevenzione nei confronti di sostanze che servono a fare cose ludiche/ricreative e che gratificano è molto difficile. Non serve dire che una sostanza fa male, forse è più utile

attrezzare le persone in altro modo. Don Paolo dice di non saper rispondere alla domanda sul perché uno si droghi, ma di saper spiegare perché lui non fa uso di sostanze.

Partendo dal presupposto che l'indipendenza è un mito perché noi tutti siamo dipendenti (nasciamo/viviamo e moriamo dipendenti da qualcosa) noi però vogliamo che la nostra vita che abbia delle dipendenze positive.

Secondo don Paolo, certe difficoltà scolastiche, certi insuccessi relazionali, difficoltà ad assumersi determinate responsabilità sono tutte situazioni che possono portare a problemi di dipendenza, nei confronti delle quali però il **compito delle nostre comunità** non è quello di riabilitare bensì **di abilitare, di offrire occasioni di abilitazione sotto tutti i punti di vista.**

Uno degli aspetti che spesso viene dimenticato ma in realtà è molto presente è l'**aspetto emotivo**. Soprattutto in questo tempo, che è il tempo della malattia delle emozioni, i giovani (e non solo) vogliono provare emozioni però poi non sanno cosa farsene, non le sanno gestire. Questo è un campo molto importante.

Tutta la teoria sulla cura delle dipendenze si basa su 4 aree rispetto alle quali una comunità parrocchiale si potrebbe confrontare:

1) **area del comportamento**. Il comportamento non è solo relativo a ciò che si può o non si può fare, ma riguarda la possibilità di esprimere ciò che noi siamo ed ha bisogno di tutta una serie di fattori quali: la partecipazione, perché la partecipazione è apprendimento (per es. durante un campo parrocchiale è importante che i ragazzi partecipino, che siano coinvolti in prima persona a fare delle cose) e la discussione sul comportamento; è importante confrontarsi sul perché di un certo comportamento, condividere e fare comunicazione reciproca, individuando i momenti su quali si vuole fare educazione.

2) **area dell'emozione e sentimenti**. Dare importanza all'emozione ed ai sentimenti, condividendo reciprocamente quello che si prova (ed es. la teoria sul Vangelo è importante, ma a te il Vangelo cosa dice?..).

3) **area del vissuto storico**: Il vissuto storico è uno degli aspetti centrali della nostra vita. Come racconto le dinamiche della mia vita? Le nostre comunità sono capaci creare la possibilità di parlare, di narrare, di raccontare, di esprimersi?

4) **area della spiritualità**. Questo aspetto è fondamentale. La spiritualità non va però intesa come esperienza mistica, ma come **ricerca del significato della vita**, del senso che ci unisce nella vita: noi abbiamo bisogno di capire il senso della morte, della sofferenza, della colpa perché non si può vivere inconsciamente; bisogna avere il coraggio di condividere e di imparare a dare un'interpretazione della vita che abbia un senso.

Don Paolo spiega che la comunità cristiana, che dovrebbe avere nella spiritualità il suo forte, spesso non ha gli strumenti perché confonde la religiosità, con la fede, con la spiritualità. Ci sono delle tappe, dei percorsi di crescita spirituale che sono educazione alla ricerca di senso che possono essere utilizzati dalla comunità e che permettono di interagire con i livelli diversi della nostra persona. Far parlare, ad esempio, i ragazzi, le persone che hanno subito un lutto o un momento di difficoltà, sul senso che questo momento ha avuto e che ha sulla loro vita oggi, fa sì che la persona inizi a fare una ricerca di senso.

La ricerca di senso nella vita è la prima grande forma di prevenzione nel campo delle dipendenze; la dipendenza significa infatti una ricerca sbagliata di senso della vita.

A giudizio di don Paolo, queste quattro aree (comportamento, sentimenti, vissuto e spiritualità) che sono quelle che le Comunità Terapeutiche prendono in esame quando devono entrare in azione su un problema di dipendenza, sono le stesse sui cui dovrebbe interrogarsi una comunità parrocchiale; è su questi aspetti che si deve agire piuttosto che occuparsi, ad esempio, dei vari tipi di dipendenze che ci possono essere: cercare di capire quali tipi di sostanze vengono utilizzate dai giovani è tempo perso perché nemmeno il ministero della Salute è in grado di aggiornare tempestivamente le tabelle relative al tipo di sostanze vietate (quando la sostanza viene inserita nella tabella la sostanza è già fuori commercio, è già stata sostituita da un'altra...); oppure dire che è proibito utilizzare internet non ha senso perché sarebbe impossibile oltre che anacronistico; in certi casi poi spesso la terapia per curare la dipendenza da internet viene fatta con i sistemi informatici, ad es. la tele-psiatria viene utilizzata per curare i pazienti affetti dalla *sindrome di Hikikomori*: internet è l'unico strumento per comunicare con loro.

Rispondendo infine ad una domanda di un Consigliere sulla **dipendenza da lavoro**, don Paolo spiega che questo tipo di dipendenza è uno dei problemi più grossi del nostro tempo perché spesso si mischia con le esigenze dell'azienda e con le esigenze della persona. Un esempio è la categoria dei medici che spesso sono sottoposti a turni massacranti e che possono soffrire di una dipendenza da delirio di onnipotenza di dover salvare il mondo, finché poi ad un certo punto scoppiano e possono succedere cose molto gravi...

Concludendo la serata don Ugo comunica ai Consiglieri che nel prossimo Consiglio faremo la "sintesi e la raccolta" di questo incontro formativo.

La riunione del Consiglio termina alle ore 22,30.

**II PROSSIMO CONSIGLIO PASTORALE SI TERRÀ L'11 MARZO 2020 ALLE ORE 20,30
PRESSO LA CHIESA DI SANTA MARIA**

**Il Parroco
Don Ugo Bellucci**

Allegato l'elenco presenze