

IL FUTURO DOPO LA SCIMMIA

Intervista con Rosa Luana Marra
di Noemi Paolucci

In Italia, ogni anno, il 3,2% dei decessi è causato da abuso di sostanze stupefacenti, prima tra queste l'eroina che ricopre il 49,6% del totale. L'età media delle persone che muoiono per overdose è 39 anni, ricordandoci che la tossicodipendenza ha un range molto largo di espansione: è diffusa in soggetti tra i 18 e i 61 anni. L'82% dei tossici è di sesso maschile, il 17,8% di sesso femminile. La maggior parte di questi soggetti ha cittadinanza italiana (68,3%), mentre altri sono stranieri o di nazionalità non determinata¹. Sottoponendo alla nostra attenzione questi dati, non possiamo non notare quanto la tossicodipendenza sia radicata nella nostra società, a prescindere da età, sesso e nazionalità. Come si sente spesso in contesti specializzati nel settore semi-citando Totò, «la tossicodipendenza è come una livella», colpisce chiunque. Siamo abituati allo stereotipo di tossico che la società ci fornisce, quello che prima o poi muore di overdose e fa notizia per qualche giorno. La verità, però, è che ci sono anche tante storie di rinascita, storie di futuro che andrebbero documentate per dare forza e speranza a chi ancora non ha deciso di smettere con le sostanze e per informare la società riguardo un tema che è troppo spesso taciuto.

In questa intervista a Rosa Luana Marra, una psicoterapeuta della Gestalt che opera in un centro di prima accoglienza per soggetti affetti da tossicodipendenza a Roma, cerchiamo di comprendere la difficile costruzione del futuro per soggetti che vogliono guarire.

La prima domanda che voglio farti è: cosa ti spinge a pensare che esista un futuro dopo la tossicodipendenza? Sto dando per scontato il fatto che sia così, conoscendo il tuo lavoro.

Io sono una psicoterapeuta, lavoro presso un centro di recupero per persone affette da tossicodipendenza e posso dire che, più che pensare, il mio compito è quello di sperare nel futuro dei miei pazienti. Si lavora in direzione del futuro, crederci è d'obbligo se si vuole davvero intraprendere un

percorso di guarigione o affiancare qualcuno nello stesso. La possibilità di futuro nasce dall'idea per la quale dietro la sofferenza ci sia una persona piena di risorse, che ha dimenticato sé stessa e tutto ciò che è in grado di fare: deve riscoprirlo e l'unico campo disponibile per farlo è proprio quello dell'avvenire. Io lavoro in un centro di prima accoglienza, a contatto con utenti che ancora utilizzano sostanze: la sfida sta proprio nel credere, anche nella fase iniziale di cura, nel potenziale di chi vuole ricostruirsi. Quando gli utenti escono dal mio servizio per rivolgersi alla comunità mi

rendo davvero conto del cambiamento che innesca nelle persone il dargli la possibilità di andare oltre. Quasi mi dimentico il punto di partenza tanto li vedo andare avanti: il futuro è la loro arma e di conseguenza anche quella di noi operatori per le dipendenze. Gli utenti che si rivolgono a noi sono devastati dalle sostanze, sotto ogni punto di vista. Le loro relazioni sono inesistenti o deviate, il loro stato mentale e fisico è allo stremo e loro stessi si percepiscono come rifiuti. Il nostro compito è credere in loro, mostrare che possono riscoprirsi umani, che hanno davanti un futuro ancora da scrivere.

Come si comincia la costruzione di un futuro avendo un passato ed un presente del genere?

Si comincia da zero, come quando si cerca di educare un bambino, tenendo però conto e soprattutto rispettando la storia personale. I tossicodipendenti vivono un presente alterato, non conoscono bisogni non legati all'approvvigionamento delle sostanze, mentre noi dobbiamo ribaltare la loro piramide di priorità. Si comincia con la rieducazione personale: l'igiene e la cura del sé, la garanzia di pasti regolari, le attività che spingono alla partecipazione sociale e le regole che poi saranno utili per il mondo esterno. Questo processo si chiama *timing*, è presente in tutte le comunità perché la scansione del tempo e dei ritmi è uno dei punti cardine per la reintegrazione sociale. Si mettono così le fondamenta per porsi al centro del proprio universo, non più dopo la sostanza. La vita di per sé è imprevedibile, io come persona penso che sarei potuta tranquillamente stare dall'altra parte; quindi, non mi chiedo il perché i miei ragazzi debbano avere un futuro, mi chiedo: "perché no?". Uno degli aspetti che i tossicodipendenti fanno fatica a comprendere è l'attesa, che sia per un qualcosa che

desiderano sul momento o per il futuro stesso. Sempre con il *timing* noi operatori cerchiamo di modificare questa intolleranza perché può essere molto nociva.

In che modo?

Un tossicodipendente è fisicamente pulito dopo qualche giorno, mentre per essere realmente preparato al futuro ci vuole un cammino molto più lungo e complesso, intriso di ricadute e momenti brillanti. Non tollerare l'attesa significa sentirsi immediatamente pronti ad affrontare il futuro, senza però aver ancora risolto il passato e senza aver compreso che essere astinenti non significa e non significherà mai dimenticarsi della sostanza. Il tempo, le tappe giuste e l'accettazione delle ricadute sono basi solide per il futuro. Per una persona che utilizza sostanze tutti i giorni, non farlo per una settimana è un grande traguardo e bisogna stare attenti che da esso non scaturisca un delirio di onnipotenza.

Concretamente cosa riserva il futuro alle persone guarite dalla tossicodipendenza?

Le difficoltà sono tantissime, partendo proprio dalla stesura del *curriculum* per la ricerca del lavoro, che è uno dei punti centrali dell'indipendenza e della buona riuscita del percorso. Gli ex tossicodipendenti per molti anni incentrano l'esistenza sulla sostanza, non hanno altre esperienze delle quali poter raccontare e spesso hanno precedenti penali che li escludono automaticamente da molte posizioni. Inoltre, una forte discriminante è l'età: un utente che esce dalla comunità a 25/30 anni ha sicuramente più probabilità di un utente che esce a 40/50 anni ed è totalmente fuori dal mercato lavorativo odierno. In realtà, io penso che un tossicodipendente che sceglie di fare la comunità a 50/60 anni ha una forza d'animo

vastissima, sia perché perdere le abitudini consolidate da tutta la vita è davvero complicato, sia perché recuperata una prima lucidità il soggetto inizia a comprendere quanto poco ospitale può essere il mondo.

Il datore di lavoro come si pone nei confronti degli ex utenti?

Questo è un grande dilemma, prima di tutti per i nostri utenti che spesso si rivolgono a noi proprio ponendoci la domanda: "ma al datore di lavoro devo dire cosa ho combinato in passato?". Non dirlo è la strada più semplice, si evita lo stigma e magari anche la diretta perdita del posto per il quale ci si è candidati. Rinnegare ciò che si è stati non è utile per costruire il futuro, soprattutto per chi non può mai definirsi guarito ma soltanto astinente e deve sempre mantenere molto alta la guardia per non ricadere nell'utilizzo di sostanze. E poi, a prescindere dalla storia personale, nessun futuro si costruisce dimenticando il passato. La tossicodipendenza è un rischio, è recidivante, dobbiamo accettare che esiste e i datori di lavoro devono essere pronti ad assumere persone che ne sono state affette. I datori di lavoro, così come tutti, devono essere informati, preparati all'eventualità di un ex tossicodipendente che si candida per una posizione che loro offrono. Devono saperlo accogliere senza pregiudizio, che si supera con l'informazione e l'aggiornamento costante. Un buon rapporto di trasparenza con il datore di lavoro può essere molto importante.

In che modo?

Nella restaurazione delle capacità sociali dell'utente ci si concentra sul non mentire, sull'essere se stessi: due cose che non sono permesse quando si ha

la sostanza come priorità. Far comprendere sul campo, tramite l'esperienza lavorativa, che questa trasparenza ha un fondamento pratico è determinante. Inoltre, sapere di avere un datore di lavoro che conosce la materia e la accetta, aiuta in una eventuale futura richiesta di intervento per non avere una ricaduta. Non posso pensare che l'unico futuro possibile per un ex tossicodipendente sia rimanere agganciato alla comunità, sogno un mondo nel quale vengano riconosciute le fragilità di tutti, senza pregiudizi. Spero di non dover più sentire la frase: "preferisco assumere un invalido, perché lui non ha cercato la sua malattia".

Parli della tossicodipendenza definendola "malattia", è così che si identifica in ambito medico?

Sì, si identifica come malattia cronica recidivante, per questo chi riesce ad uscirne diviene astinente e non guarito totalmente. Sicuramente è possibile uscirne, come da altre malattie fisiche o psichiche, però continuando ad affibbiarle lo stigma di "malattia meno valida" soltanto perché un tossicodipendente può andare con le sue gambe a procurarsi la sostanza, il futuro di chi riesce a farcela è compromesso in partenza.

Quanto è importante nel percorso di abbandono della sostanza la credenza del singolo utente nel futuro? Quanto conta la motivazione?

Banalmente tutto ciò dipende dal carattere della persona, sul quale si lavora per accentuare ottimismo e fiducia verso la vita, che sono la base per una buona riuscita. Ovviamente, quando si presenta un soggetto più volenteroso e con una propensione più spiccata all'adeguarsi al mondo, il nostro lavoro è più semplice.

Come gestiscono i ragazzi la sfiducia che il mondo nutre verso di loro? Come affrontano lo stigma che la tossicodipendenza si porta dietro?

All'interno delle comunità, soprattutto nella prima fase, si crea un meccanismo definito *noi/contro*, ovvero i tossicodipendenti si raggruppano esclusivamente tra di loro perché notano la diffidenza delle altre persone. La tossicodipendenza è spesso vissuta come scomoda o disgustosa da chi non ne è affetto; escludere un soggetto per questo motivo è molto facile e, quando il soggetto percepisce questo meccanismo, si isola e si rivolge a persone con il suo stesso problema, in modo da non essere allontanato e giudicato. Bisogna combattere la visione che la società ha della tossicodipendenza, in quanto quest'ultima fa parte della società stessa, è fin troppo inserita al suo interno e trattarla con repulsione la rende soltanto più complessa da affrontare. Uno dei punti fondamentali che cerchiamo di imprimere nei nostri utenti è l'educazione al confronto, eventualmente anche al litigio. Prepariamo gli utenti ad un mondo nel quale gli imprevisti, gli scontri e soprattutto i rifiuti si verificano continuamente e vanno affrontati senza cercare rifugio nelle sostanze e negli ambienti tossici. Quando un utente litiga con noi operatori, noi siamo contenti, sappiamo che stiamo andando nella direzione giusta perché il soggetto si sta rivalutando, si crede di nuovo capace di imporsi e di essere all'altezza di un confronto con un pari. Qualche giorno fa in studio ho ricevuto un paziente di 47 anni, astinente da sette, ho chiesto quale fosse il problema e mi ha risposto che è il futuro ad esserlo. Lui è stato malato troppo a lungo e da lucido si è accorto che il mondo non ha niente da offrirgli. A tal proposito avrei una proposta da fare alle comunità: concentratevi sui talenti degli utenti, dategli la possibilità di svilupparli

in modo da poter costruire intorno ad essi la loro nuova vita. Bisognerebbe svolgere più attività, anche lavorative, per dare modo a tutti di comprendere il loro posto nel mondo, come essere utili essendo sé stessi.

Nella tua esperienza lavorativa, capita che un soggetto ricada nelle sostanze proprio perché non viene accolto dal futuro?

Purtroppo sì, soprattutto dopo esperienze lavorative negative.

Il tentare di costruire il futuro degli altri come incide sul tuo?

Bisogna tenere sempre a mente l'obiettivo finale, altrimenti si tende a cadere nella frustrazione personale e si perde motivazione. Bisogna saper guardare oltre il soggetto distrutto dalle sostanze e immaginare ciò che sarà e potrà essere. Come ho già detto, bisogna credere nel futuro prima di tutto. Ogni tanto vado in comunità proprio per vedere dei ragazzi che, essendo più avanti nel percorso di abbandono delle sostanze, hanno già assaporato una parte del loro futuro e mi stupisco del benessere che riscoprono, mi motivano. Una delle mie più grandi soddisfazioni lavorative è vedere gli utenti che riallacciano rapporti con la loro famiglia di origine.

Quanto è importante la famiglia nel processo di guarigione dalla tossicodipendenza?

La famiglia, accanto al lavoro, è l'elemento fondamentale per la ripresa. Sentirsi sostenuti in un percorso così difficile è determinante, lo è per tutti, figuriamoci per chi sta cercando di risolvere problematiche del genere. Le famiglie, quando

disposte a farlo, vengono integrate nel percorso comunitario dell'utente, non soltanto come sostegno ma anche come nucleo di persone che soffre e che deve imparare a gestire questa sofferenza data dall'aver un affetto coinvolto nella tossicodipendenza. Un elemento decisivo è la presenza di figli che danno una motivazione immensa all'utente per provare a guarire. I figli sono il futuro, quindi riuscire a riacciare i rapporti con loro e vederli crescere, rappresenta per molti una possibilità di riscatto, un cambio di rotta grazie al quale le cose possono andare meglio. La famiglia d'origine rappresenta invece il passato, quello con cui fare i conti per costruire un presente migliore e più saldo. Il tossicodipendente per un lungo periodo della sua esistenza si limita a definirsi tale, a vivere come tale e a escludere tutto il resto. Quando esce dalla sostanza si chiede chi è, dove ha messo le sue radici: i figli e la famiglia d'origine possono essere una risposta "semplice" ma efficace a questo interrogativo. Avere un sostegno economico dalla famiglia è utile soprattutto nel primo periodo fuori dalla comunità, quando il soggetto sta ancora cercando lavoro. Se nessuno è disposto ad accogliere l'ex tossicodipendente e a sostenerlo in questo primo momento le possibilità di ricaduta nella sostanza o in atti illeciti sono maggiori.

Come mai hai scelto di svolgere questo lavoro?

Allora, per quanto riguarda la psicoterapia, è stata da sempre un'inclinazione naturale. Alla scuola

elementare dicevo già di essere la psicologa delle mie amichette, avevo sempre un occhio verso lo stato d'animo dell'altro ed osservavo ciò che accadeva nei gruppi dei bambini. Io ero timida, restavo spesso in disparte ma non mi dispiaceva perché significava avere l'opportunità di "studiare" i miei compagni. Quando questa inclinazione è diventata un lavoro ho iniziato a sentire la responsabilità dei miei pazienti, si tratta di occuparsi di vite umane e non c'è cosa che va presa più seriamente di questa. Bisogna stare attenti a tutto, soprattutto alle parole, che restano sempre il principale e primario strumento di cura. Ho scelto l'ambito specifico delle dipendenze per esperienze personali che mi hanno colpita molto da vicino e hanno fatto sorgere in me una domanda unica: "cosa porta qualcuno verso la sostanza?"

Hai trovato una risposta a questa domanda?

No, per niente. Ne ho trovate tante, tutte diverse. Ci si avvicina alle sostanze sicuramente per colmare un vuoto ma ogni storia e ogni persona sembra fornire una motivazione propria, diversa da tutte le altre. Generalizzare può essere riduttivo e pericoloso.

Nota

¹ Dati di Geoverdose, un progetto del Gruppo di Interesse "Riduzione del Danno" di S.I.T.D. (Società Italiana Tossicodipendenze) ideato e gestito dai soci Salvatore Giancane ed Ernesto de Bernardis.