

**SCUOLA DI PERFEZIONAMENTO  
IN ALCOLOGIA**

Negrar (VR)  
2002-2003

**TESI:**

L'approccio e la crescita  
nel club come comunità multifamiliare  
a confronto con  
i gruppi degli alcolisti Anonimi  
e con altri gruppi di auto mutuo aiuto

Presentata da GIAN PASQUALE SANTORO

Relatore MICHELE SFORZINA  
Correlatrice MIRCA ROSSIGNOLI

## Indice

Introduzione	pag.	5
PARTE PRIMA		
<i>Cercare di capire l'uomo per non trasformare il nostro altruismo in egoismo.</i>		
Capitolo 1. Le motivazioni per cui faccio il servitore-insegnante.	pag.	7
1.1.Servitore-insegnante con la pace nel cuore		
1.2.Corresponsabilità		
1.3.Auto accettazione		
1.4.Dinamicità nel cambiamento		
1.5.L'essenza della vita		
Capitolo 2. Come affrontare i problemi causati dall'alcol	pag.	12
2.1.La cultura dell'alcol		
2.2.La teoria medica		
2.3.La teoria comportamentale		
Capitolo 3. L'Organizzazione Mondiale della Sanità	pag.	15
Capitolo 4. La promozione della salute	pag.	17
4.1.I servizi pubblici		
4.2.La rete		
4.3.La cultura dei bisogni		
4.4.La cultura della relazione		
Capitolo 5. La prevenzione	pag.	20
5.1.Intervenire con sinergia		
5.2.Intervenire con scientificità		
5.3.Modificare la cultura del bere		
PARTE SECONDA		
<i>Le due principali metodologie per affrontare le sofferenze multidimensionali dei problemi alcolcorrelati</i>		
Capitolo 6. L'approccio del Prof. Hudolin	pag.	22
6.1.La sua esperienza		
6.2.La sua teoria sull'"alcolismo"		
6.3.Approccio multifamiliare		
6.4.Approccio sistemico		
6.5.Approccio ecologico		
6.6.Il Club degli alcolisti in trattamento		
6.7.Il Servitore Insegnante		
6.8.La formazione e l'aggiornamento		

6.9. Il cambio dello stile di vita

Capitolo 7. L'approccio degli Alcolisti Anonimi pag. 30

7.1. L'intuizione di Bob e Bill

7.2. L'alcolismo negli Stati Uniti

7.3. La collaborazione tra la scienza medica e gli Alcolisti Anonimi negli Stati Uniti

7.3.1. Il primo approccio

7.3.2. L'inizio dell'astinenza

7.3.3. La frequenza al gruppo

7.3.4. I progressi personali

7.4. I "dodici passi" degli Alcolisti Anonimi

Capitolo 8. I gruppi di auto mutuo aiuto pag. 37

8.1. Il gruppo nella comunità umana

8.2. La storia del mutuo aiuto

8.3. Gli incontri dei gruppi di auto mutuo aiuto

8.4. La loro funzione sociale

8.5. I loro mezzi

8.6. Gli effetti positivi

8.7. Le diversità con i Club

PARTE TERZA

*Alcune riflessioni e raffronti tra le due metodologie*

Capitolo 9. La cultura sanitaria generale pag. 42

9.1. Riequilibrare l'assistenza sanitaria

9.2. Assumere le proprie responsabilità

9.3. Essere corresponsabili

Capitolo 10. Una diversa concezione dell'"alcolismo" pag. 45

10.1. Patologia del singolo

10.2. Comportamento

10.3. "Recupero" e "crescita"

Capitolo 11. Volontà ed autodeterminazione pag. 48

11.1. Volontà di smettere

11.2. Autodeterminare il proprio cambiamento

Capitolo 12. Diverse forme di aiuto pag. 50

12.1. L'aiuto professionale

12.2. L'aiuto volontario

12.3. L'aiuto mirato

12.4. La comprensione

12.5. Libere scelte responsabili

12.6.La riabilitazione		
Capitolo 13. Quale cambiamento?	pag.	55
13.1.L'emotività		
13.2.La razionalità		
13.3.Il fascino		
13.4.La gradualità		
13.5.Il "recupero" degli Alcolisti Anonimi		
13.6.Un breve raffronto		
Capitolo 14. L'azione del gruppo	pag.	58
14.1.L'accoglienza		
14.2.La fiducia		
14.3.La comunità locale		
Capitolo 15. La relazione con l' altro	pag.	61
15.1.Sfruttare una ricchezza		
15.2.Agire la solidarietà		
15.3.Vivere la fratellanza		
Capitolo 16. La comunicazione	pag.	63
16.1.Il sistema aperto		
16.2.La comunicazione nel sistema aperto famiglia		
16.3.La comunicazione nel sistema aperto Club		
16.4.La comunicazione negli Alcolisti Anonimi		
Capitolo 17. Le risorse	pag.	68
Capitolo 18. La spiritualità	pag.	69
18.1.La dipendenza da un Potere Superiore		
18.2.L'identità dell' uomo		
18.3.La spiritualità antropologica		
18.4.L'uomo creatore		

## **INTRODUZIONE**

Con il presente lavoro intendo confrontare le principali proposte che sono fatte alle persone per uscire dal problema “alcol”, e per superare in modo efficace tutte le conseguenze che derivano da tale problema.

Vorrei riflettere, in primo luogo, sulla necessità che ogni persona sia responsabile dei propri comportamenti, in altre parole, che ogni persona cerchi, attraverso questa responsabilità, di “esserci” per mettere in moto tutte quelle dinamiche, che si possono attivare, avendo come preciso obiettivo, lo stare bene con sé stessi e con gli altri. .

Ritengo, infatti, che, ad ogni persona e ad ogni famiglia, la vita non neghi mai la possibilità di riprendere responsabilmente il cammino della propria esistenza, per cercare con altri la felicità di vivere.

Per fare questo ho cercato di:

1° Mettere a fuoco la mia identità ed unicità di uomo per dare maggior valore ad una ricerca sull’essenza umana al fine di conoscere, in modo più profondo, l’uomo nelle sue emotività quotidiane e per capire, quanto e come, le relazioni possano influenzare sulle scelte esistenziali.

2° Esporre le principali metodologie che sono adottate per l’approccio al problema dell’alcol.

3° Confrontare le diverse proposte di cambiamento e di crescita delle persone che sono messe in moto con l’applicazione di tali metodologie, sviluppando alcune riflessioni.

In particolare l’obiettivo che mi sono proposto è quello di evidenziare come una precisa applicazione della metodologia dei Club può contribuire, oltre che al superamento del disagio causato dall’uso delle bevande alcoliche, anche ad un adeguamento positivo nel cambiamento dello stile di vita di una persona.

Ho anche cercato di approfondire il significato di “nuovo stile di vita”, per giungere ad una riflessione sull’importanza che assume nella vita delle persone un’assunzione diretta di responsabilità nei confronti di sé stessi e dell’intera umanità e, di conseguenza, l’importanza che viene ad assumere il lavoro di una figura quale quella del servitore-insegnante rispetto a quella di un operatore.

Lo stimolo e la motivazione mi sono stati forniti, oltre che da un’esperienza di alcuni anni come volontario nel campo del carcere e delle tossicodipendenze, anche dalla partecipazione in tempi recenti, come servitore-insegnante, ad un club di alcolisti in trattamento.

Tale frequenza mi ha colpito in modo particolare, perché ho visto concretamente come, attraverso una metodologia che valorizza i sentimenti della persona, possono essere modificati comportamenti di egoismo e di orgoglio, facendo emergere risorse imprevedibili ed inesauribili, grazie alle quali le persone riescono ad affrontare, in modo diverso, il loro “stare male”.

La principale risorsa è certamente la consapevolezza della libertà, attraverso la quale il debole è in grado di rialzarsi ed il sofferente riesce a gestire i propri sentimenti giungendo a vedere la propria esistenza con quella sobrietà che, superando il desiderio dell’alcol o del consumismo, pone in essere, sempre secondo le attitudini personali proprie, il proprio modo di concepire la vita individuale e collettiva.

Altre risorse, quali la bellezza e la gioia della vita, sono inoltre le conseguenze di questo particolare modo di “esserci”; modo che ogni persona del Club assimila e giunge ad accettare come bagaglio del proprio comportamento.

Lo stesso parlare del proprio vissuto al club, sono convinto che significhi, fare vera cultura; ed il rapporto tra tale cultura e la povertà della sofferenza rappresenta il principio di molte cose ed è senz’altro fondativo anche di una vera volontà di pace.

Ho anche compreso come il fatto che nel club si effettui il rovesciamento del proprio comportamento sia un passaggio d’importanza vitale per riuscire ad ottenere la pace, perché con tale rovesciamento ci si getta alle spalle le spinte alla violenza e si abbandonano le logiche

mistificatrici dell'egoismo giungendo con maggior facilità, come affermava il prof..Hudolin, a costruire la pace nei nostri cuori,

L'approfondimento dei temi trattati mi è stato anche possibile per la frequenza negli ultimi tre anni, come familiare sostitutivo di un ragazzo tossicodipendente, ad un gruppo che s'ispira ai Narcotici Anonimi e per la partecipazione ad un corso di formazione base dei gruppi d'auto mutuo aiuto.

Ho cercato infine di ampliare le mie conoscenze con la lettura di testi riguardanti particolarmente i seguenti filoni:

- a) La dimensione spirituale dell'uomo.
- b) Le relazioni in una comunità.
- c) Il metodo Hudolin.
- d) Gli Alcolisti Anonimi
- e) I gruppi di auto mutuo aiuto.

## PARTE PRIMA

*Cercare di capire l'uomo per arricchire ogni nostra relazione e per non trasformare il nostro "altruismo" in puro e semplice "egoismo".*

### **capitolo 1. le motivazioni per cui faccio il servitore-insegnante**

Nella prefazione alla prima edizione del *Manuale di alcologia* il prof. Vladimir Hudolin (1991 - Erickson - Trento), riferendosi alla formazione svolta negli anni precedenti di circa 10.000 operatori (oggi servitori-insegnanti), affermava che buona parte del tempo delle settimane di sensibilizzazione era stata dedicata alla "motivazione" dei corsisti.

Indubbiamente tale affermazione oggi sembra abbastanza ovvia, anche se potrebbe essere intesa principalmente sotto l'aspetto della metodologia, ma io mi sento particolarmente attratto da tale problematica perché ritengo che una buona e profonda motivazione per essere servitore-insegnante stia alla base del successo della stessa metodologia "Hudoliniana".

Nel 1999 partecipai al corso di sensibilizzazione, perché intendevo realizzare un "Club" con delle persone che avevano tutte dei problemi complessi, cercando di applicare la metodologia del prof. Hudolin.

Fui colpito, non solo perché riuscirono a porre in discussione le mie opinioni sul bere, ma particolarmente dalle parole di Luciano Floramo che, presentando il significato del club come comunità multi-familiare, mi fece comprendere, quanto fosse inapplicabile la mia idea originaria di fare un "club".

Innanzitutto capii che, il Club non è un semplice gruppo di persone con lo stesso problema, ma una comunità di famiglie che si trovano settimanalmente per discutere assieme con il linguaggio del cuore e quindi con corresponsabilità reciproca sui propri problemi che, nel caso specifico, sono disagi alcolcorrelati che investono tutta la famiglia.

Dovetti rivedere tutta la mia velleità di volontario, che consisteva innanzitutto nel dare un aiuto attraverso la disponibilità ed il buon esempio che avrei mostrato con il mio operare, il tutto in una logica per niente rispettosa dell'altrui libertà, perché i problemi sono delle famiglie e vengono discussi da loro stesse.

Il mio nuovo ruolo di Servitore-insegnante non sarebbe stato quello di intervenire e di esprimere delle proposte per aiutare a risolvere i problemi, ma solamente quello di "coordinare le famiglie nel loro essere insieme"

Prima del corso di sensibilizzazione stavo navigando cioè in un volontariato che intendeva la solidarietà come un agire "per" l'altro invece che un agire "con" l'altro.

#### **1.1 Servitore insegnante con la pace nel cuore.**

La conoscenza successiva che ebbi del pensiero di Hudolin mi confermò che le proposte, che egli con gradualità e con profonda convinzione aveva fatto, miravano sì ad aiutare gli alcolisti a

liberarsi dalle sofferenze alcolcorrelate, ma soprattutto miravano a proporre loro la solidarietà responsabile del sistema famiglia dando un nuovo valore alla loro vita, perché, proprio partendo dall'astinenza, ne facevano di questa il motivo causale per far emergere quelle immense risorse che ogni uomo riesce a trovare in se stesso e nel proprio ambiente.

Credo certamente che ogni persona disagiata ha la possibilità di una propria ripresa perché è sempre in grado di ricavare una lezione dalla propria esperienza ed a maggior ragione quando viene incoraggiata e sostenuta nel proprio percorso da persone vicine che hanno fiducia in lui, ma il club ha soprattutto un ruolo di sostegno e di incoraggiamento alla ripresa dal disagio di tutta la famiglia perché il club è una comunità di famiglie che vogliono riprendere un loro ruolo nella comunità locale.

Per me, fare il Servitore-insegnante in un club non significa quindi “aiutare” ma proporre una metodologia che porti la famiglia a scegliere di cambiare il proprio stile di vita.

Questo ha modificato ogni precedente visione che mi ero posto sul come fare volontariato ed è per questo motivo che vorrei, prima di affrontare il lavoro, innanzi tutto guardarmi dentro per riflettere sul mio essere oggi volontario e servitore-insegnante di club e pormi di conseguenza alcune domande:

- Perché in questo momento della mia vita ?
- Perché ho scelto di fare il servitore-insegnante ?
- Che cosa penso di ottenere e di dare al club?
- Ho difficoltà a relazionarmi con sincerità e coerenza con tutti i membri del club?
- Fino a che livello mi sento empatico?
- Come mi sento coinvolto nella reciproca crescita di spiritualità?

Certamente sono domande per rispondere alle quali è necessaria un'approfondita riflessione, ma quello che qui intendo esprimere è che, se io voglio essere veramente attivo, debbo in primo luogo essere chiaro e sereno con me stesso per verificare quanto le mie motivazioni a fare il servitore-insegnante mi servano a crescere e possono concordare con i valori proposti dal prof. Hudolin.

## **1.2 Corresponsabilità**

Per anni ed in vari campi ho fatto volontariato pensando di aiutare il prossimo in nome di mio figlio Francesco, che da dieci anni è stato chiamato a “camminare sulle alte alture”, ma solo da poco mi sono reso conto che io non posso sostituirlo, perché ogni uomo ha la propria unicità, ha la propria vita da vivere ed ha una propria funzione da svolgere.

Non solo, ma ho anche capito che aiutare l'altro significa soprattutto saperlo comprendere ed accogliere e, certamente, non si può accogliere in nome di altri.

Considerando poi che la metodologia del prof. Hudolin è basata soprattutto sul fatto che l'“alcolismo” non è una malattia, ma è la conseguenza di un comportamento e che essere sofferenti a causa dell'alcol non significa rappresentare un caso, un numero, un oggetto e tanto meno una patologia, allora mi rendo conto maggiormente che prima di svolgere un'attività di volontariato perché spinto da miei valori morali, devo cercare di essere un buon servitore-insegnante proprio perché mi sento corresponsabile della realtà dell'altro.

Come servitore-insegnante devo cioè essere convinto che ognuno di noi è simile agli altri anche se ha la propria faccia, il proprio tempo ed il proprio spazio, e, capire questo, rappresenta già una delle motivazioni per le quali devo impegnarmi a vivere la mia stessa vita, perché anche se la tradizione culturale mi ha sempre fatto considerare la mia persona come centro del mondo in una logica sistemica devo ben incominciare ad accogliere altre facce, altri tempi, ed altri spazi.

Infatti, se la teoria sistemica di Bertalanffy che è alla base della metodologia del prof. Hudolin individua la singola parte importante come il tutto, anche nel sistema umano il singolo uomo ha il valore dell'intera umanità.

Ne consegue che è proprio nella misura in cui ognuno di noi si costruisce realizzando la propria vita, che contribuisce alla crescita del proprio ambiente, della propria famiglia della propria comunità e dell'intera umanità.

### **1.3 Auto accettazione**

Riprendendo ancora il pensiero del prof. Hudolin, che ricordava che se si vuole la pace, si deve costruirla in primo luogo dentro di noi, mi sembra che in una visione sistemica siamo tutti chiamati a dare il nostro contributo alla costruzione dell'umanità nell'amore, cioè nel rispetto della libertà ed in armonia con tutti.

Devo aver coscienza, pertanto, che fare il servitore-insegnante non significa certo esercitare un mestiere, eseguire un incarico o svolgere una professione, né tanto meno essere un buon samaritano, ma significa avere la convinzione che ogni giorno devo cercare di vivere con fantasia e creatività per trovare in primo luogo la pace nel mio cuore.

Devo essere ben cosciente che le relazioni con le quali io mi rapporto mutano di continuo senza ripetersi, e poiché in una visione sistemica sono proprio i rapporti interpersonali che costituiscono la mia realtà, se voglio crescere come persona, devo innanzi tutto avere consapevolezza di tali rapporti.

Devo cercar di capire che non conta più l'io centro del mondo, ma conta la relazione che io ho con gli altri, altri che sono delle entità autonome e verso le quali io non ho alcuna possibilità di interferire e quindi che molto poco posso aiutare come volontario.

Infine devo convincermi che questo ridimensionare la mia centralità perché corresponsabile di tutte le centralità del sistema apre la strada ad un nuovo comportamento etico della morale umana: quella dell'uomo per gli altri, dell'uomo legato agli altri da una responsabilità irrinunciabile.

Condivido anch' io quanto scrive Arturo Paoli:

“ L'uomo futuro sarà l'uomo degli altri in altre parole l'uomo responsabile del suo sistema ecologico, oppure sarà una cellula perduta nell'amalgama sociale con delle relazioni che serviranno solo a trattenere la sua esistenza nel nulla.”

Paoli A. 2002.*Della mistica discorde*, Bari, La Meridiana

## **1.4 Dinamicità nel cambiamento**

Ma non basta, un'altra motivazione che mi sembra basilare per realizzare meglio il mio essere uomo mi sembra sia l'accettazione continua di un cambiamento di stile di vita basato su una concezione dinamica della mia stessa vita.

Sempre la visione sistemica della mia persona inserita nell'umanità mi da tale motivazione, facendomi limitare il ruolo che in tale cambiamento occupa la mia ragione per dare più spazio ai miei sentimenti ed alle mie intuizioni.

Non più una concezione statica che ho sempre avuto sul mio tempo e sugli obiettivi della mia vita, ma una concezione dinamica che dovrebbe essere basata su dei sentimenti che sono la conseguenza della mia auto determinazione razionale.

So bene che la mia ragione tenta di giocare sulla mia emotività perché continua a provocarmi facendo apparire alla mia mente alcuni interrogativi sui quali è molto facile potersi fermare:

- Se cedi e non ce la fai è perché non sei abbastanza bravo?
- Come puoi sentirti fiero di te?
- Come puoi avere la stima degli altri?
- Pensi forse, con il tuo impegno, di salvare il mondo?

Ma so anche che la visione sistemica mi fornisce delle buone motivazioni per limitare quel ruolo che la mia ragione cerca di occupare nel cambiamento e per dare più spazio al mio sentimento ed alla mia intuizione.

Se è vero, infatti, che io sono parte di un sistema nel quale, più che le singole parti, hanno valore i rapporti fra le stesse, ne consegue che le mie relazioni sono il frutto di momenti emozionali causati dalla realtà dei miei limiti.

Accettare i miei limiti, mi permette inoltre di ricreare continuamente la mia vita e questo non mi fa sentire inferiore o addirittura incriminato, anzi mi riscatta, perché so che non cerco di superare tali limiti, ma che cerco solo di viverli con maggiore intensità.

## **1.5 L'essenza della vita**

E' perciò importante che io agisca e viva inserito in quest'umanità, la quale, anche se da secoli sta ricercando dei modelli sociali che possano risolvere i grossi problemi dell'uomo, pur tuttavia è sempre concorde sul fatto che nessun uomo deve essere perduto ed ognuno ha il diritto di vivere da uomo.

Essere nell'umanità significa quindi assumere un atteggiamento preciso di accoglienza della vita che mi è stata data; accoglienza che non dovrebbe puntare esclusivamente a soddisfare i miei bisogni, né tanto meno dovrebbe permettermi di sfruttare in modo strumentale le relazioni con gli altri.

È proprio, nello spirito della sobrietà, che l'accoglienza della vita mi suggerisce di portare alla vita stessa un estremo rispetto impegnandomi ad esserle dinamicamente fedele rimanendo libero da possibili pretese od imposizioni, ma operando per la giustizia.

Oggi più che mai operare per la giustizia significa opporsi alla rottura antropologica sempre più emergente dove una parte del mondo è destinata a salvarsi e l'altra parte, la maggiore è destinata a perire.

Sembra quasi che il nostro mondo occidentale preso dall'idolo delle cose e del mercato ignori che ogni persona, pur nella sofferenza, ha sempre una propria identità, ed anche se vive una vita di disagio e d'isolamento, è capace di un proprio pensiero personale perché consapevole più di chiunque altro, dei propri bisogni e delle proprie aspirazioni.

Siamo chiamati tutti invece ad una scelta che non è solo etica, ma è anche fondamentale antropologica, perché solamente se sappiamo tenere unita l'unica famiglia umana, senza operare divisioni, riusciremo a mantenere la vita sul pianeta e mantenere un giusto rapporto con l'acqua, l'aria, la terra e con tutti gli altri esseri

Purtroppo la nostra umanità è anche impoverita della ricchezza creativa di molti dei suoi uomini perché sono impegnati a compiere enormi fatiche a causa dei numerosi problemi che li affliggono:

Guerre, analfabetismo, disoccupazione, alcol, droga, ecologia, corruzione, mafia, disgregazioni familiari, depressioni, suicidi per citarne solo alcuni.

Negli ultimi anni la mia attenzione si è fermata sui danni causati dall'alcol; ed ho avuto modo di frequentare un club degli alcolisti in trattamento, nel quale ho potuto avere un nuovo slancio, che giudico molto importante al mio stesso cambio esistenziale.

## Capitolo 2 - Come affrontare le sofferenze causate dall'alcol

Fare il servitore-insegnante in un CAT presuppone, in primo luogo, di essere in possesso di alcune conoscenze basilari sulla sostanza alcol e sui metodi che sono studiati per evitare di subirne le varie conseguenze dannose.

Innanzitutto è necessario precisare che l'alcol è una sostanza tossica, cioè una droga anche se legale, e quindi le bevande alcoliche, che sono spesso considerate alla stregua di alimenti nutrienti o addirittura curativi, si rivelano negative sia per l'organismo sia per le relazioni sociali delle persone.

Il bere, anche moderatamente alcolici, pur nella cultura sociale che lo accetta, anzi lo pubblicizza, rappresenta sempre un rischio per la salute.

E' proprio per tale motivo che Hudolin riteneva che:

.....“ogni uso d'alcol viene ad essere contemporaneamente anche abuso.”

Hudolin W. 1991. *Manuale di alcologia*, Trento, Erickson

Anche se l'uomo nella nostra cultura, ha sempre avuto un buon rapporto nei confronti delle bevande alcoliche ed anche se molti ritengono di non abusarne, purtroppo, le percentuali di persone che hanno problemi psico fisici con l'alcol, sono molto alte, e le morti causate direttamente o indirettamente dall'alcol sono almeno dieci volte superiori a quelle causate da altre droghe non legali.

### 2.1 La cultura dell'alcol

Eppure offrire un bicchiere di vino ha sempre significato nella storia dell'uomo dare il benvenuto a chi rientrava da un lungo viaggio, e tuttora è interpretato come un segno di amicizia.

Da sempre cioè si è convenuto che il bere alcolici era indice di “star bene” anche se per la verità molti documenti antichi, arrivati a noi, di egiziani, di ebrei, di greci e di romani richiama alla moderazione del bere perché il suo abuso poteva generare malessere e violenza.

La cultura umana ha creato nel tempo un modello moralistico del bere.

Per tale modello esistono norme ben chiare, quelle cosiddette del “bere accettabile socialmente”, che si basano sul dove e sul quando bere, sul sesso, sulla professione, sul genere di lavoro.

Ogni consumo d'alcol al di fuori di tali norme è considerato una devianza e la persona che eccede è emarginata, con la conseguenza che aumenta il senso di colpa, e diminuisce la fiducia in se stessa e conseguentemente aumenta il consumo di alcol.

Nell'ottocento l'uso dell'alcol era accettato naturalmente dalla società, ma l'ubriacatura e l'abuso costituivano un reato che era punito con la carcerazione, anche se già nel settecento qualche medico si arrischiava a dichiarare che l'alcolismo era una malattia.

Con il novecento le persone, che eccedevano nell'assumere alcol, erano internate per la "guarigione" in ospedali psichiatrici e molto spesso rimanevano rinchiusi in tali ospedali per lunghi periodi, perché l'alcolismo era considerato un problema psichiatrico.

Per combattere l'alcol, che oltretutto era ed è una piaga sociale in continua espansione, negli Stati Uniti fu proclamato addirittura intorno al 1930 il proibizionismo sugli alcolici ma gli effetti che ne derivarono furono completamente disastrosi.

Finalmente nel 1956 negli Stati Uniti e subito dopo anche in Europa fu dichiarato ufficialmente che l'alcolismo era una malattia e come tale quindi doveva essere compresa e curata e quindi non era più considerato un comportamento criminale o di debolezza morale da punire.

Tale affermazione, che rappresentava allora un gran passo in avanti perché permetteva all'alcolista di apparire in pubblico come utente sanitario, permise alla scienza di sviluppare molte ricerche per affrontare il problema dell'alcolismo e furono elaborate in merito le più svariate teorie sulle sue cause e di conseguenza sui possibili approcci trattamentali.

E', infatti, intorno a questo periodo che il prof. Hudolin contestando la teoria dell'alcolismo "malattia" elaborò la sua teoria "comportamentale" per la quale, assumere alcol è solamente la conseguenza di un comportamento che può essere modificato.

Nel mio lavoro cercherò di esaminare le due teorie che più d'ogni altra mi sembra possano rispondere ai danni provocati dall'uso d'alcol, anche se sono state realizzate con approcci che sul piano ideologico, metodologico nonché filosofico sono completamente diversi: "La teoria medica e la teoria comportamentale."

## **2.2 La teoria medica**

Con tale teoria l'esagerazione dell'uso di alcol è considerata una malattia sulla base delle complicanze analoghe ad altre malattie e si cerca di scoprirne le cause che, con cure adeguate, devono essere rimosse.

Tale teoria, anche se non viene più sostenuta esplicitamente dall'Organizzazione Mondiale della Sanità, rimane valida, in ogni caso, per gli Alcolisti Anonimi che, sorti negli Stati Uniti, si sono poi notevolmente diffusi in vari paesi, con notevoli successi per quanto concerne il recupero, ma forse, a mio parere, con qualche difficoltà nel campo dell'organizzazione di programmi preventivi.

## **2.3 La teoria comportamentale**

La teoria comportamentale considera invece il problema, non in base alle complicanze prodotte dall'alcol, ma come rapporto che s'instaura tra l'alcol e gli schemi comportamentali di una determinata persona.

Poiché tale rapporto produce nell'uomo una posizione statica e quindi un impoverimento sia psichico sia patologico, ne consegue che è impoverito anche il sistema delle relazioni umane, che ogni uomo ha con i suoi simili ed, in modo particolare, con i propri conviventi.

Dagli anni sessanta, tale teoria è stata concepita e sostenuta dal prof. Hudolin che, collegandola molto sagacemente alla teoria dei sistemi, che da poco era stata scoperta, l' ha concretata con la metodologia dell'approccio ecologico nella comunità multi familiare.

Oltre ad affrontare le sofferenze derivate dall'uso d'alcol che, per Hudolin non sono quindi del solo bevitore, ma di tutto l'ambiente che lo circonda, l'approccio proposto assume un notevole ruolo anche per quanto concerne una sua prevenzione attraverso una promozione e protezione della salute nella comunità, sull'ambiente di lavoro e nella società in genere, a partire dal nodo principale della rete territoriale che è la famiglia.

Da molti psicologi e psichiatri furono formulate in quelli anni altre teorie con relativi approcci ma non mi sembra qui opportuno farne una disanima di tutte perché solamente queste due stanno rispondendo, di fatto, positivamente all'aspetto principale del problema cioè la riabilitazione dell'alcolista.

### capitolo 3. L'Organizzazione Mondiale della Sanità

L'Organizzazione Mondiale della Sanità ha dichiarato che la salute ed il benessere rappresentano un diritto fondamentale di ogni essere umano e, che, uno degli interessi primari per la promozione della salute intesa come benessere psico-fisico sociale, è la riduzione necessaria dell'uso di alcol.

Nel 1956, quale risultato di uno studio su ciò che rende diversi gli alcolisti, negli Stati Uniti l'American Medical Association aveva decretato ufficialmente che l'alcolismo era una malattia cronica, e per un certo tempo anche l'Organizzazione Mondiale della Sanità abbracciò tale teoria.

Però nel documento "SALUTE 21" del marzo 1999, mentre richiama con degli obiettivi precisi a ridurre il consumo di alcolici entro il 2015, l'O.M.S. invita anche a riflettere sulle cause dell'alcolismo e ad intervenire sulle conseguenze negative che derivano dal comportamento dell'uso di alcol.

In particolare nel documento si afferma:

- che il punto cruciale dei problemi alcol correlati è individuato in uno stretto legame, che viene riconosciuto tra il consumo pro capite d'alcol ed i danni che tale consumo provoca.
- che l'alcol ed i problemi alcolcorrelati non sono più un fatto prevalentemente sanitario (la malattia della dipendenza), ma sono le conseguenze di comportamenti sociali che devono e possono essere prevenute.
- che devono essere perseguite delle strategie per ridurre i danni sociali dell'alcol, danni che sono individuati soprattutto nelle disfunzioni delle famiglie, nello scatenarsi della violenza, nella guida in stato di ebbrezza e nel crescente consumo tra i giovani.

Sempre in tale documento infine s'indicano degli indirizzi per aumentare le potenzialità di intervento quali:

- La facilità di accesso alle strutture sanitarie per la cura
- La responsabilità dei commercianti nella vendita di alcolici
- La riduzione della pubblicità sugli alcolici
- La formazione di operatori nei vari settori coinvolti nella prevenzione
- Il sostegno alle organizzazioni private di volontariato
- Il monitoraggio e la valutazione di ogni progresso compiuto su tali fronti.

Di fatto, oggi l'approccio all'alcolismo è sviluppato sostanzialmente partendo dalle due teorie presentate in tempi diversi dall'Organizzazione Mondiale della Sanità:

- L'approccio degli Alcolisti Anonimi basato sulla teoria che l'alcolismo è una malattia.
- L'approccio ecologico sociale del prof. Vladimir Hudolin basato sulla teoria del comportamento.

Ad ogni modo per entrambi gli approcci si deve partire da alcune constatazioni che sono:

- 1 - Difficilmente l'alcolista ammette il suo bere.
- 2 - Chiunque eccede nel consumo d'alcol lo fa perché perde il controllo del suo bere.
- 3 - Chi è schiavo dell'uso di alcol assume oltre all'alcol anche la decisione, conscia od inconscia, di rinunciare alla dinamicità della propria vita.

Per tali motivi, presupposto importante nella valutazione dei due approcci mi sembra sia quello di capire:

- Come far in modo che la persona rinunci alla sua negazione del problema.
- Con che motivazioni si cerca di convincerla a non ostinarsi nella caparbia di un suo personale controllo dell'uso d'alcol.
- In che modo estendere la coscienza del problema alcol alla socialità.

## capitolo 4. La promozione della salute

Parlando di salute mi sembra doveroso chiarire, che con tale termine è inteso lo stare bene fisico e psico sociale, così come lo ha definito l'Organizzazione Mondiale della Sanità.

Tenendo presente che la salute fisica è determinata sia dal corredo genetico, sia dalle abitudini caratteristiche del proprio stile di vita e sia dalle condizioni ambientali, ne consegue pertanto che la salute delle persone è in buona parte nelle loro mani.

La stessa O.M.S., per promuovere la salute, propone delle azioni che le nazioni dovrebbero compiere per raggiungere l'obiettivo di estendere la salute ad ogni uomo del pianeta.

Tali azioni tra l'altro indicano:

- La valorizzazione del ruolo delle famiglie e di altri gruppi sociali nello sviluppo e nel sostegno di stili di vita sani.
- L'attuazione di programmi di educazione alla salute
- La riduzione dei comportamenti pregiudizievoli per la salute.
- La cooperazione tra operatori professionali e volontari
- Il coordinamento delle risorse comunitarie per l'assistenza sanitaria di base.

Il senso delle azioni proposte complessivamente è quello di considerare le persone, i gruppi formali ed informali di esprimersi come risorsa, piuttosto che come problema, cioè di essere dei soggetti piuttosto che farsi considerare degli oggetti; o, meglio ancora: di impegnarsi nella responsabilità per i propri stili di vita, assumendo comportamenti adatti per apprendere e quindi cambiare.

### 4.1 I servizi pubblici

Sembra invece che oggi i servizi pubblici siano i principali "erogatori" formali di promozione della salute, cioè sembrerebbe quasi che la salute sia la conseguenza diretta della loro azione, che risponde ad un predeterminato schema da praticare mentre la comunità rimane sullo sfondo, tanto che verrebbe da chiedersi, se sono solamente i servizi formali che rappresentano, di fatto, la fabbrica del benessere sociale.

Molte sono le cause per cui le persone tendono a delegare ad altri, rinunciando in pratica alla promozione della propria salute, in altre parole ricorrendo sempre più alla ricetta medica, alla pastiglia o comunque alle autorità preposte.

Mi sento a tale proposito di condividere quanto sostiene Fabio Folgheraiter che ritiene come, lo scarso interesse a quest'assunzione di corresponsabilità sulla salute da parte della comunità, sia da ricercarsi soprattutto nelle seguenti cause:

- Lo sviluppo dei mass media (tipico l'acculturamento della televisione dall'alto)
- L'incremento di sicurezza e di benessere materiale (senza paure per il futuro e carente del senso di impotenza individuale)
- I processi di secolarizzazione (perdita di tradizioni religiose)
- L'incremento di mobilità
- La possibilità di contatti istantanei a distanza

- Il crescente senso di fiducia nella tecnologia.”
- 

Folgheraiter F. 2002 *L'utente che non c'è*. Trento, Erickson

## 4.2 La rete

La responsabilità della salute invece dovrebbe competere ad ogni singola persona e quindi alla società intesa come una rete articolata, mentre la sua gestione dovrebbe avvenire attraverso modelli praticabili di comunicazione fra sottosistemi dotati ciascuno di una propria identità, quindi attraverso un rapporto sempre più stretto tra sistema formale (sanità pubblica) e sistema informale (comunità).

E' necessario capire che, il formale e l'informale devono funzionare in stretto collegamento ed a reciproco rinforzo come due sottosistemi distinti, ma ad azione sinergica.

Anch' io avevo partecipato alle rivendicazioni che nel 1968 i lavoratori facevano chiedendo la cessazione del sistema assistenziale allora in voga ed ora, più che allora, io sono convinto che la società ha bisogno di una politica che permetta un processo interattivo tra formale ed informale che sia cioè flessibile ed interdipendente.

Oggi, però, ho anche capito che, per creare più benessere è necessario far funzionare la comunità, che in termini ecologici è il nostro ambiente.

Il formale, cioè le istituzioni dovrebbero facilitare il crearsi di alcune condizioni attraverso le quali tale benessere possa realizzarsi.

Sono, infatti, le reti informali che rappresentano maggiormente la possibilità di comunicazione e di relazioni interpersonali, perché intrecciandosi attorno alle persone, permettono, in maggior misura, di mobilitare le risorse che danno sostegno ai problemi della vita.

E questa possibilità di relazione, di partecipazione, di comprensione e di solidarietà è esercitata nella comunità attraverso le famiglie che sono i singoli nodi che stanno alla base della società.

## 4.3 La cultura dei bisogni

Il principale nodo che contribuisce a costruire la comunità è certamente la famiglia, anche se essa stessa sta subendo un continuo processo di indebolimento per una civiltà che ha posto le sue radici sul consumismo e che sta portando purtroppo la cultura e le stesse relazioni tra gli uomini sulla base neo liberistica del mercato.

In questa cultura, infatti, i bisogni appaiono sempre in continua crescita e quando un bisogno è soddisfatto spunta, quasi per germinazione, un nuovo bisogno sempre più artefatto.

E' una cultura che sempre più ci spinge ad occuparci dell'avere, facendoci spesso dimenticare che dietro alla soddisfazione dei nostri bisogni si nasconde sempre una richiesta di crescita dell'essere.

Tale cultura rappresenta un pericolo per l'umanità, non solo perché, come sosteneva Gandhi, una vera civiltà si riconosce quando sa ridurre i propri bisogni, ma anche perché allontana, di fatto, quel benessere sociale, che è il presupposto per una vera salute dell'uomo.

#### **4.4 La cultura della relazione**

La sociologia inizia già a sollevare allarmi per la progressiva caduta dei parametri di funzionalità della famiglia, ed anche la psicologia segnala i rischi di una patologia mentale, come effetto dello stress della vita nella famiglia.

Ma nonostante tutto, la fine del sistema famiglia è ben lungi dal verificarsi, anzi, la ricerca sta confermando ampiamente come, nonostante l'indubbia perdita di consistenza delle relazioni familiari, o le marcate modificazioni strutturali, la famiglia costituisce ancora il fondamento primo del benessere individuale e del funzionamento societario.

A maggior ragione quindi, in tale situazione viene ad assumere particolare importanza il lavoro di auto-rafforzamento della famiglia che può essere promosso grazie ad un'assunzione di responsabilità sulla propria salute e che dovrebbe portare anche ad un miglioramento della stessa comunità.

Infatti, se partiamo da una visione delle persone e delle famiglie come soggetti in relazione reciproca all'interno di una rete e vediamo che ogni persona è responsabile della propria vita in relazione a quella degli altri, dobbiamo constatare che solo tali soggetti sono capaci di definire, analizzare e trovare soluzioni adeguate alle difficoltà insorgenti.

E' attraverso il cambiamento dei rapporti, anche contraddittori, che scaturiscono all'interno della rete, che è possibile migliorare il livello di benessere dei singoli membri.

Quindi il miglioramento della salute non avviene per lo spezzettamento dei servizi che vuole rispondere al "qui ed ora" degli specifici bisogni, ma viene dato dal calore e dall'affettività, che possono essere dati soltanto dalla responsabilizzazione e dal coinvolgimento amorevole a breve raggio, quale quello della famiglia

## capitolo 5. La prevenzione

Una dimostrazione pratica dell'importanza del lavoro simultaneo che dovrebbe essere fatto tra la rete formale e quella informale della comunità è la prevenzione ai danni dell'alcol, così com'è stata esposta dal prof. Hudolin, il cui approccio ai problemi alcolcorrelati e la cui proposta di prevenzione costituiscono un'idea antesignana del lavoro di rete.

Fare prevenzione non significa soltanto far partire degli specifici progetti "ad hoc", il più delle volte con scarsi risultati, ma significa soprattutto divulgare il preciso problema dell'assunzione diretta di responsabilità.

Sovente, infatti, l'approccio al problema in questi termini rappresenta di per se stesso una prevenzione e ciò può permettere più facilmente di sbloccare certi dinamismi nel sociale

### 5.1 Intervenire con sinergia

Anche per fare la prevenzione però è necessario operare in sinergia tra i sistemi e non "sui" sistemi cercando di ripararli uno ad uno e quindi prevenire i disagi dell'alcol significa affrontare il problema a livello dell'intera comunità e non solamente con i soli alcolisti.

Le promozioni a livello locale, nelle scuole o negli ambienti di lavoro di azioni di informazione sui danni causati dall'alcol, sono certamente progetti di prevenzione molto importanti, ma bisogna tener sempre presente che la persona assume responsabilità quando emotivamente è colpita dal problema o sicuramente quando riesce ad interiorizzarlo.

Pertanto, per prevenire le conseguenze dannose dell'uso di alcolici ha sempre molto valore l'aver fiducia nella persistenza di un ruolo imprescindibile delle famiglie e delle reti personali nello svolgere funzioni illimitate di vita quotidiana e, dunque, nel sostenere frequenti processi di supporto sociale oltrechè di cura nei frangenti delle difficoltà.

### 5.2 Intervenire con scientificità

Il grande merito che dobbiamo riconoscere inoltre al prof. Hudolin è l'aver

“suggerito alla scienza medica di non considerare scientifico solo quello che si riesce a misurare ed a riprodurre secondo canoni precisi in laboratorio”

perché:

“il misurabile è, infatti, solo una piccola parte della vita umana e della cultura; altri valori come l'etica, l'emozione, l'amicizia, la spiritualità, la sofferenza non possono essere misurati, ma sono parte integrante dell'uomo, dell'essere, dell'esserci.”

Vescovi P.P. 2000. "Capitolo secondo", *Vladimir Hudolin*, Trento, Erickson.

I soggetti della prevenzione non sono certamente gli astemi, e nemmeno gli alcolisti che già sanno che il bere "alcolici" per loro è causa di gravi sofferenze, ma è tutta la popolazione dei così detti bevitori moderati cioè la stragrande maggioranza della popolazione cosiddetta "sana".

A tale proposito il prof. Hudolin sempre in termini preventivi sosteneva che:

”...ogni persona deve assumere una posizione chiara sul proprio rapporto con le bevande alcoliche, decidere cioè se bere o non bere, ed eventualmente quanto bere e quando.”

(Hudolin W. 1991. *Manuale di alcologia* Trento, Erickson

Ormai la stessa Organizzazione Mondiale della Sanità invita a non distinguere più tra uso ed abuso di alcol, ma, in conformità a concetti scientifici, invita a scegliere tra l'uso ed il non uso.

Non si può quindi prevenire la sofferenza per i problemi alcolcorrelati che è provocata dal bere con degli approcci moralistici, ma, sempre più, è necessario individuare dove esiste il rischio se intendiamo veramente ridurre il danno.

E poiché il vero problema è quello della riduzione dei comportamenti a rischio, ne consegue che il bersaglio diventa l'intera popolazione.

### **5.3 Modificare la cultura del bere**

Un grosso limite a tale riguardo è la parzialità dell'approccio, che si rivolge al comportamento dei singoli individui, ma che non investe direttamente la cultura socio sanitaria del territorio e gli stili di vita della comunità locale.

Infatti, è sempre difficile vivere in astinenza se l'ambiente sociale nei suoi valori e comportamenti prevede l'uso di sostanze alcoliche, anzi, molte volte addirittura propone tale uso come strategia alla gestione della sofferenza.

Secondo l'ottica ecologica però, nella proposta di Hudolin il fascino dei sentimenti, che scaturiscono dalla sobrietà, porta la persona e la famiglia al cambiamento di uno stile di vita, che si ripercuote nella comunità locale.

Come il battito d'ali di una farfalla nella foresta amazzonica può provocare un temporale a Londra, così il cambiamento del comportamento dell'uno per cento del sistema può modificare la cultura di tutto il sistema.

Il prof. Hudolin molto spesso c'esortava ad assumerci una nostra “responsabilità etica” per la quale l'abbandono dell'alcol che ci porta ad incontrare una nuova qualità della vita non deve essere rinchiuso in noi o essere limitato alla famiglia ed al Club, ma deve assumere un raggio d'azione a tutta la comunità locale per estendersi all'intera società.

## PARTE SECONDA

*Le principali metodologie per affrontare le sofferenze*

### **capitolo 6. L'approccio del prof. Hudolin**

#### **6.1 La sua esperienza**

Già dai primi anni della sua professione di psichiatra il prof. Hudolin aveva affrontato il problema alcol, essendo una delle cause maggiori, per cui i pazienti erano ricoverati nella clinica ospedaliera di Zagabria dove operava.

Per la prima volta egli attuò con coraggio l'importante esperienza di "curare" gli alcolisti staccandoli dal reparto psichiatrico ed unendoli in piccoli gruppi con le loro famiglie ed un terapeuta, effettuando addirittura degli incontri territoriali nei loro quartieri di residenza, vale a dire in ambienti esterni alla stessa struttura ospedaliera.

Ciò avvenne nel 1964 e fu il punto di partenza dei Club degli Alcolisti in Trattamento, ma fu anche l'inizio di un nuovo modo di affrontare il problema dell'alcol: ascoltare le sofferenze dell'intera famiglia e credere nelle enormi risorse che la stessa famiglia può mettere in moto.

#### **6.2 La sua teoria sull'"alcolismo"**

Con tale iniziativa egli, di fatto, voleva provare ciò che già da qualche tempo sosteneva sull'alcolismo, in altre parole che esso non ha una patologia specifica ma è solamente la conseguenza di un comportamento per cui riteneva che esistessero "molti alcolismi" essendo molti i comportamenti delle persone nell'ambito di una cultura che da sempre ha incoraggiato il bere, ignorando che l'alcol fosse una droga.

Pertanto egli suggeriva di valorizzare nell'uomo la ricerca sugli schemi comportamentali piuttosto che focalizzare le ricerche sulle conseguenze fisiche dell'uso o abuso dell'alcol, anche perché era stato scientificamente già provato che l'etanolo contenuto nell'alcol era una sostanza tossica e quindi, come tale, anche la più piccola quantità di alcol che era ingerita poteva provocare effetti dannosi.

L'alcol ha analogie di funzionamento col sistema degli oppiacei, però nella nostra società è considerata una droga legale per cui ci si preoccupa dell'alcol solamente nei casi di tossicità acuta (ubriacatura), di tossicità cronica (dipendenza) e di tossicità collegata con altre droghe (SERT).

L'alcolismo, che dall'antichità era sempre stato ritenuto come il risultato dell'abuso del bere, viene ad assumere quindi per il prof. Hudolin il significato dell'"insieme dei problemi multi dimensionali" relativi al solo bere alcolici, ed i problemi sono definiti alcolcorrelati proprio per sostituire il termine di alcolismo che è legato al solo bere eccessivo.

Secondo il professore l'alcolismo non è perciò una malattia, né psichica né somatica, anche se può provocare indubbiamente problematiche patologiche che devono essere curate, ma è un comportamento sociale della persona ed il trattamento che egli propone ha lo scopo di curare le relazioni per cambiare tale modello di comportamento.

Con il tempo l'alcolista sarà così in grado di controllare la propria astinenza, anche perché per lui il bere non avrà più importanza poiché saprà affrontare la propria vita con un comportamento di sobrietà, che sarà sempre più in sintonia con la propria coscienza.

Presupposto indispensabile è che l'alcolista faccia una libera scelta di essere astinente, iniziando così a percorrere la nuova strada della sobrietà, che gli permetterà di perseguire un nuovo stile di vita col quale riappropriarsi della propria identità e gestire autonomamente quel ruolo e quella funzione sociale nella famiglia e nella comunità, che aveva perduto

La sua esperienza si propagò subito in tutta la Croazia con l'apertura di numerosi Club.

Nel 1979 fu fondato anche in Italia a Trieste il primo Club, al quale moltissimi si aggiunsero in breve tempo espandendosi a macchia d'olio ed evolvendosi dinamicamente, non solo perché facevano tesoro delle prime esperienze, ma anche perché erano continuamente stimolati da un attento e geniale aggiornamento che lo stesso prof. Hudolin portava agli stessi; aggiornamento che egli supportava sempre con continue e nuove ricerche scientifiche.

Il successo al quale subito pervenne la sua metodologia era conseguenza del fatto che, partendo dal presupposto che l'"alcolismo" è un disturbo che non colpisce solamente il singolo ma tutta la collettività che lo attornia, egli lo affrontava considerandolo appunto da tale ottica.

### **6.3 Approccio multifamiliare**

La cura per smettere di bere non dipende quindi da una "terapia" della scienza medica e, tanto meno, da quella psichiatrica, ma è fatta attraverso un "coinvolgimento" in un gruppo (il Club) che è appunto costituito da più famiglie della comunità.

L'alcol, infatti, non provoca soltanto un disagio per chi beve, ma è un problema in primo luogo per la famiglia, che a causa del bere anche di una sola persona deve soffrire una serie notevole di disturbi alcol correlati.

Nella famiglia di un bevitore vengono molto spesso modificati i ruoli di tutti i suoi componenti, provocando una gestione sempre più difficile delle funzioni proprie della stessa famiglia e giungendo di conseguenza ad un isolamento dalla comunità locale.

Inoltre l'astinenza difficilmente si raggiunge attraverso la volontà di un autocontrollo, ma deve partire dalla forza delle motivazioni che fanno scegliere di smettere di bere e, poiché nella nostra società purtroppo "si è liberi di bere, ma non si è liberi di non bere, la rinuncia al bere diviene più difficile, ed è questo il motivo per cui assume importanza una continua verifica di tali motivazioni con altre persone e famiglie che negli incontri del Club rappresentano, di fatto, la comunità locale.

L'originalità che caratterizza la metodologia di Hudolin è quindi la scelta di non intervenire sulla singola persona, come succedeva precedentemente nella comunità terapeutica di una casa di cura, ma di portare la persona in una realtà aperta dove non deve essere curata con particolari terapie, non essendo l'alcolismo una malattia, ma deve cercare un proprio ritmo di crescita nel proprio ambiente di vita, cioè con la propria famiglia e con la propria comunità locale.

Il prof. Hudolin infatti sostenne più volte che il Club non è una istituzione chiusa, e tanto meno deve essere una comunità terapeutica aperta ed alienata perché non fa terapia e deve essere soltanto incontro di famiglie che fanno parte integrante della comunità locale.

Qualora dovesse essere proposta l'astinenza al solo "alcolista", egli non solo incontrerà molte difficoltà nello smettere di bere, ma avrà anche poche possibilità di crescere nella propria famiglia e nella comunità, ossia nel suo sistema ambientale.

Infine poiché ogni cambiamento per l'uomo difficilmente avviene a seguito di motivazioni razionali, ma soprattutto per scelte passionali, le vere spinte ad effettuare tale cambiamento possono scaturire soltanto dalle relazioni emotive ed affettive che si costruiscono in famiglia con la partecipazione al club.

#### **6.4 Approccio sistemico**

L'approccio può essere chiamato anche approccio sistemico perché il prof. Hudolin ha voluto sperimentare ed applicare anche in psichiatria la teoria dei sistemi, che proprio in quelli anni era stata elaborata da parte dello scienziato tedesco von Bertalanffy.

Egli riunì per la prima volta i vari elementi del sistema famiglia (sottosistema del sistema comunità) attivando le forze dei suoi membri affinché s'impegnassero, nella condivisione di un disagio, a perseguire assieme l'obiettivo di superarlo.

Infatti, cambiare il comportamento per modificare il proprio stile di vita è scarsamente proponibile al di fuori del sistema in cui uno vive, e la famiglia, per lui, è senz'altro il "sistema primario" e quindi il primo da coinvolgere, ed essa a sua volta, rappresentando il punto nodale del sistema "comunità", è coinvolta in tale sistema.

Egli volle affrontare in pratica non solo il sistema fisico e biologico della singola persona, ma anche il sistema sociale che la circonda ossia il micro sistema della famiglia inserita nel macro sistema della comunità.

In questo modo quindi con il prof. Hudolin la famiglia non è più vista negativamente come portatrice di disturbi, ma positivamente come sistema aperto alla comunità in cui vive, ed è proprio per questo che essa diventa capace di scambio e si dimostra dotata di risorse proprie.

Non solo, ma attivando le qualità nascoste che ci sono in ogni persona e dando responsabilità ad ognuno della propria e dell'altrui salute il professore ha voluto porre in essere un nuovo modo di promozione della salute.

Attraverso tale promozione si giunge quindi anche alla prevenzione, perché si viene a modificare anche il sistema aperto della società, perciò gli interventi riparatori e riabilitativi dell'area sanitaria cedono il passo a liberi interventi di solidarietà attraverso la quale, sono esortate persone e famiglie a porsi la responsabilità della propria salute e del proprio futuro.

#### **6.5 approccio ecologico**

La forza della proposta di Hudolin è proprio quella di credere nella capacità di "risorgere", capacità, che ogni sistema vivente (uomo o famiglia) dimostra di possedere soprattutto se non ostacolato ma accolto con fiducia.

La scelta di partecipare al club da parte dell'"alcolista" e della famiglia parte dalla necessità di un'alternativa al disagio vissuto, ma provoca la ricerca di un diverso modo di stare con se stessi e con gli altri, in altre parole la ricerca di una crescita della propria condizione esistenziale.

La riabilitazione dell'alcolista, non è fatta nelle istituzioni e tanto meno nel club, ma avviene soprattutto nell'ambiente sociale in cui egli vive anche se Hudolin tiene giustamente a precisare che non si tratta di riabilitazione ma di reinserimento dell'alcolista e della sua famiglia nella comunità dalla quale entrambi si ritenevano esclusi.

Gli stessi club d'altronde sono delle piccole comunità, perché rappresentano le varie caratteristiche di famiglie della comunità unite tra loro per le sofferenze causate dal disturbo dei problemi alcol correlati.

Inoltre obiettivo dichiarato della metodologia del prof. Hudolin, non è solo quello di far smettere di bere modificando il comportamento dell'alcolista e della sua famiglia ma anche quello di modificare la cultura sanitaria della comunità.

Di tale azione oltretutto n'è prova il fatto che il cambiamento non avviene solo all'interno del club o della famiglia, ma anche nell'ambiente sociale dell'alcolista; ed è per tale motivo che si può indicare l'approccio sistemico anche come approccio ecologico.

Indubbiamente l'approccio multi familiare o ecologico comporta un grosso lavoro di responsabilizzazione per le famiglie, ma pur di risollevarsi dalle angosce provocate dai problemi alcolcorrelati, ogni famiglia accetta volentieri di percorrere la strada del club.

## **6.6 Il club degli alcolisti in trattamento**

Il club era stato concepito inizialmente come gruppo di auto mutuo aiuto, ma negli anni si è passati al concetto di comunità multi familiare dove è l'intero sistema famiglia ad essere attore e corresponsabile della salute di ogni singolo elemento.

Nel Club la famiglia troverà altre famiglie con gli stessi problemi, ma soprattutto troverà persone diverse che, mosse da una motivazione comune, credono, con fiducia, nelle risorse di ogni famiglia e di ogni persona.

Il comportamento della persona è influito molto dall'ambiente con il quale tale persona è in relazione e quindi possiamo ben affermare che la famiglia rappresenta tale ambiente in modo quasi totale, perciò la famiglia nel suo insieme è la prima barriera protettiva del comportamento di una persona e per tale motivo la sofferenza dell'alcolista è la sofferenza di tutta la famiglia.

Questo è il principale motivo per cui è indispensabile che al club partecipi tutta la famiglia, e tutta la metodologia è basata su tale presenza, anzi, lo stesso prof. Hudolin, qualora mancasse all'alcolista una propria famiglia, invitava i Club ad attivarsi per ricercare una famiglia sostitutiva.

La partecipazione del singolo alcolista può giungere al massimo ad aiutarlo a superare l'astinenza, ma difficilmente egli potrà raggiungere una vera sobrietà che è la vera garanzia per non avere ricadute.

Il club funziona con le diverse famiglie che soffrono a causa di problemi alcolcorrelati, ma non è un gruppo di famiglie bensì una comunità multifamiliare, perché inserita nella comunità locale.

E' una comunità multifamiliare che unendosi nella scelta dell'astinenza, permette ad ogni famiglia di crescere e maturare con le proprie forze verso una nuova sobrietà che può essere raggiunta attraverso una spiritualità interiore che cresce con il crescere della serenità e dell'armonia nelle relazioni della stessa famiglia con le altre famiglie del club e della comunità locale.

L'attività del club, composto quindi da famiglie, si svolge mediante incontri settimanali presieduti a turno da ogni suo membro escluso il servitore-insegnante.

Per tali incontri è necessario rispettare quattro regole e cioè la puntualità, l'essere regolarmente presenti evitando di fumare, il saper essere solidali non divulgando all'esterno quanto viene riferito al club e procedere allo sdoppiamento del club quando il numero eccessivo delle famiglie (dodici) non permette a tutti di esprimersi durante la riunione.

Sono regole che partono da un valore importante come è la relazione con l'altro, inteso sempre non come altro alcolista ma come altra famiglia perché ci si propone attraverso la cura del comportamento etico il cambio dello stile di vita.

Infatti, il rispetto della puntualità vuole essere il rispetto dell'altro oltre a significare l'impegno di assumere un proprio ruolo nella piccola comunità.

La presenza costante ed attenta vuole essere un motivo di compartecipazione ai sentimenti positivi o negativi che si vengono a creare negli incontri del club.

L'astenersi dal fumare è la logica conseguenza di una scelta che si prende al club di astenersi dalla droga alcol; sarebbe assurdo che nella stessa riunione si ricorresse ad un altro tipo di droga quale è la nicotina della sigaretta.

Ogni componente del Club dovrebbe poi a rotazione, come avviene in una qualsiasi comunità locale, svolgere alcune funzioni quali quelle di verbalista, presidente, segretario, cassiere, conduttore e coordinatore delle visite alle famiglie.

Sono incarichi che vogliono rappresentare in modo concreto la volontà dell'alcolista e della famiglia di riabilitarsi agli occhi della comunità e quindi è necessario che tutti riescano ad imporsi nell'eseguirli nel pieno rispetto dei propri tempi e delle proprie capacità.

Al raggiungimento della tredicesima famiglia è necessario, in ogni caso, che il club si sdoppi con la creazione di un nuovo club, per dare in un modo migliore la possibilità a tutti i suoi membri di esprimere le proprie emozioni vissute.

Nel club il cammino percorso è normalmente controllato attraverso il conteggio dei giorni e la consegna di attestati per i periodi di astinenza.

Mi sembra importante ricordare che, tali misure rappresentano soltanto l'aspetto visibile di una verifica comune dell'impegno che è mantenuto e di un percorso di crescita spirituale interiore.

Nel club è possibile accogliere anche una o, al massimo, due famiglie con problemi complessi, cioè famiglie che oltre ad avere problemi alcol-correlati, hanno anche problemi psichici o droga-correlati ed in tali casi, il servitore-insegnante ne deve discutere prima con le famiglie del club.

È molto importante che nel club le famiglie imparino con gradualità quel numero limitato di elementi della metodologia atti a permettere loro la possibilità di cambiamento, di crescita e di maturazione e questo avviene innanzi tutto attraverso l'insegnamento del servitore-insegnante.

## **6.7 Il servitore-insegnante**

Proprio per garantire questo trattamento degli alcolisti e delle famiglie nel club, lo stesso Hudolin, che prima aveva previsto la figura di un terapeuta, ha successivamente proposto quella di un operatore

ed ha finito per indicare l'attuale servitore-insegnante come catalizzatore delle famiglie del club in un processo di libera crescita e di maturazione per un nuovo stile di vita.

Con tale scelta egli ha voluto distinguere il lavoro svolto nel club da qualsiasi forma di terapia, anche di tipo psicofamiliare, ma soprattutto ha voluto individuare delle persone volontarie che, come operatori della salute nell'ambito della stessa comunità, "curano" i problemi alcol correlati, poiché non esiste in campo sanitario e medico in generale una specifica professione che si occupi di tali problemi.

Al servitore-insegnante non è richiesta, infatti, alcuna dote particolare, ma solamente delle caratteristiche personali ed una formazione di base che attraverso l'empatia può favorire nel club l'inizio di un cambiamento.

Il ruolo del servitore-insegnante nel club, non è quello di dare soluzioni ai problemi delle famiglie, ma è quello di favorire la ricerca di soluzioni da parte delle stesse famiglie attraverso le esperienze vissute e narrate in modo reciproco.

Egli, infatti, ha il compito di ascoltare le famiglie, per capire i loro problemi, favorendo l'interazione vicendevole attraverso una comunicazione fatta d'emozioni e sentimenti, evitando di "addomesticare" il club alle sue idee, ma impedendo anche che lo stesso si possa chiudere in se stesso rimanendo un'isola felice nella comunità locale.

Il servitore-insegnante ha pertanto semplicemente la funzione di stimolare e catalizzare un processo che non deve tendere a determinare direttamente una soluzione, ma deve favorire scelte decisionali di ogni singola famiglia.

La personalità del Servitore-Insegnante dovrebbe cioè rimanere in ombra rispetto agli argomenti che sono indipendenti ed uguali per tutti.

La sua personalità dovrebbe avere un effetto pedagogico esclusivamente come modello, che indica come esercitarsi e quindi assimilare un metodo, che in sé viene riconosciuto valido.

Per Hudolin in pratica il servitore insegnante dovrebbe essere una specie di lubrificatore dell'ingranaggio del sistema ecologico sociale, in un perno importante, quale l'approccio multi familiare,

## **6.8 La formazione e l'aggiornamento**

Un altro aspetto importante ed originale della metodologia del prof. Hudolin è rappresentato dalla formazione e dal continuo aggiornamento, che sta significando la continuità e la dinamicità nel tempo, che egli ha voluto dare ad un'opera alla quale ha dedicato tutta la sua vita.

Assume un particolare valore anche il fatto che la formazione e l'aggiornamento non siano stati indirizzati esclusivamente al servitore-insegnante, ma siano stati programmati anche per le famiglie del club ed addirittura della comunità locale.

Procedendo con ordine, comunque, scopo della formazione del servitore-insegnante è certamente quello della conoscenza del suo ruolo e soprattutto quello di una sua evoluzione con nuove competenze, ma è anche di una continua verifica della sua responsabilità personale nell'ambito della crescita antropologica spirituale del sistema.

Di conseguenza, motivo di rilevante importanza è pure quello, attraverso una base metodologica unitaria, di migliorare la qualità del lavoro delle stesse famiglie cooperando così al cambiamento della cultura generale della comunità locale.

Il servitore-insegnante inizia il suo volontariato nel club solo dopo aver partecipato ad un corso di sensibilizzazione, nel quale si cerca di porre in discussione il suo stesso rapporto con le bevande alcoliche.

Mensilmente egli partecipa ad una riunione d'auto supervisione nella quale verifica con altri servitori insegnanti il proprio sentimento personale nel lavoro svolto.

Nell'anno poi, sono organizzati per i vari club della zona corsi d'aggiornamento monotematici, che servono ai servitori insegnanti per avere la formazione necessaria su temi specifici inerenti al lavoro che stanno svolgendo nei club per operare gli obiettivi prefissati.

La cosa che meglio raccoglie il pensiero del prof. Hudolin sul ruolo prioritario che nel club spetta alla famiglia è stata comunque la scuola alcolologica territoriale, i cui programmi sono uniformi per tutte le famiglie e sono articolati in tre moduli.

Il primo modulo è riservato alle nuove famiglie del club, è tenuto da un servitore-insegnante in dieci serate settimanali ed ha lo scopo di presentare la metodologia, attraverso la quale le famiglie potranno procedere al proprio cambiamento ed alla propria crescita.

Il secondo modulo è invece riservato a tutte le famiglie del club ed è organizzato tra due o tre club. Con frequenza annuale, da parte sempre di un servitore-insegnante e prevede due serate attive per aggiornamenti monotematici sui quei valori che rappresentano le linee guida della metodologia

Infine il terzo modulo è organizzato dallo stesso club che invita, per un dibattito attivo sul problema dell'alcol, altre famiglie della comunità locale.

In tal caso il servitore-insegnante in due serate cerca di comunicare e far recepire, partendo da un ampio e nuovo concetto di cultura generale, un modo diverso di intendere la salute nella comunità locale.

Per la protezione e la promozione della salute non è, infatti, solo importante ricorrere ai principi d'auto/mutuo aiuto, ma è necessario che siano predisposti programmi per tutelare e promuovere la salute, in una prevenzione che combatta il sorgere di problemi alcol correlati, che agisca prontamente nell'individuare le diagnosi e che sappia affrontare gli interventi riabilitativi.

Per perseguire meglio tale obiettivo i club di una zona si riuniscono in associazione, per collegarsi con la struttura sanitaria istituzionale nel centro territoriale funzionale collaborando nella realizzazione di programmi sul territorio.

La costituzione di tali programmi rappresenta una rete territoriale multi dimensionale che viene sviluppata in collaborazione dai singoli, dalle famiglie, dalle strutture socio sanitarie, dalle istituzioni e dalle associazioni di volontariato.

Il nodo fondamentale di questa rete è dato dai club, il cui ruolo non è senz'altro quello di isolarsi in un'isola felice, ma quello di essere vivo nella comunità perché le sue famiglie sono partecipi del sistema comunitario ed umano.

La presenza delle famiglie nella comunità locale dovrebbe quindi svolgersi anche con interventi programmati con altre famiglie, o con varie associazioni secondo le persone interessate (giovani ed alcol, donne ed alcol, anziani ed alcol, sport ed alcol ... ecc.)

## 6.9 Il cambio dello stile di vita

Il presupposto da cui parte la metodologia del prof. Hudolin è il cambiamento del proprio comportamento e quindi del proprio stile di vita.

La scelta, che propone il servitore-insegnante fin dal primo incontro con la famiglia che ha problemi alcol correlati, è quella di smettere l'uso di bevande alcoliche.

Con molta semplicità egli chiede in pratica all'intera famiglia che, per raggiungere una maggiore serenità è importante che tutti i suoi membri debbono operare un cambiamento nel proprio comportamento rispetto al bere.

È da tale scelta che parte una straordinaria esperienza umana che non solo risponde ai disagi dei problemi alcolcorrelati, ma porta la famiglia a ritrovare quei rapporti d'affetto, quei rapporti d'unione, quelle forti relazioni che contribuiscono a costruire fiducia, partecipazione, responsabilità e soprattutto crescita.

Porta in pratica ogni membro della famiglia a ritrovare la propria dignità umana, porta a recuperare la sostanza di ogni persona: la capacità d'amare e di essere amati.

La scelta responsabile, l'astinenza e la sobrietà sono tutte tappe che porteranno, nell'ambiente favorevole del club e della famiglia a riscoprire i propri valori, le proprie potenzialità e la gioia di essere nel presente.

In altre parole, con la frequenza al club ognuno potrà nel quotidiano e sempre più con il trascorrere del tempo verificare che la propria vita non ha solo una crescita nella dimensione biologica, ma cresce anche in termini spirituali, perché, la gestione delle proprie emozioni porta a scoprire un senso della propria esistenza attraverso quei valori immateriali per i quali ogni uomo, pur nella sua unicità, è interdipendente con tutti gli altri uomini.

## capitolo 7. L'approccio degli Alcolisti Anonimi

### 7.1 L'intuizione di Bob e Bill

Sulla base della teoria che allora iniziava a prendere piede, che l'alcolismo era una malattia, già nel 1935 Bob e Bill due bevitori americani rilevarono un personale metodo per superare la loro dipendenza dall'alcol e costituirono i primi gruppi di Alcolisti Anonimi che, di fatto, rappresentavano le prime esperienze organizzate di un'assunzione diretta di responsabilità sulla propria salute da parte dei cittadini.

Fin dai primi passi il loro lavoro fu mantenuto, per precise motivazioni morali, una prudente riservatezza ed è tuttora difficile comprendere a fondo la loro metodologia.

Ho avuto la possibilità di leggere un loro volume "Il linguaggio del cuore", scritto dallo stesso Bill, ed ho potuto così ricostruire la loro storia e cercare di comprendere i principi filosofici che sono alla base della loro proposta.

La loro intuizione, facendo tesoro anche degli errori del "movimento dei Washingtonian" che nella metà dell'ottocento aveva assunto una grande dimensione negli Stati Uniti per la lotta contro l'alcolismo, ma che era miseramente fallito a causa di pubblici dissensi al suo interno, si avvale soprattutto del pensiero contemporaneo di un medico, di uno psicologo e di uno psichiatra:

- Il medico dott. Silkworth che curò personalmente Bill definiva l'alcolismo come una malattia ossessiva della mente che portava alla pazzia.

- Lo psicologo William James del movimento religioso degli "Oxford Groups" il quale sosteneva che, le esperienze spirituali che trasformano veramente, si fondano di solito sulle calamità e le rovine.

- Lo psichiatra Karl Jung secondo il quale qualsiasi persona che a quarant'anni è priva di mezzi per capire chi è, dove è e dove sta andando, non può che diventare nevrotica e schiava della paura.

Il sistema degli Alcolisti Anonimi si basa su tre pilastri:

- I Dodici Passi per il recupero del singolo.
- Le Dodici Tradizioni per giungere ad una solida unità.
- I Servizi Generali per organizzare l'associazione e poter portare il messaggio nel tempo a chiunque ed ovunque.

Innanzitutto il bevitore deve convincersi che pur con tutta la sua buona volontà, pur con tutti gli aiuti che può avere dagli altri e pur con tutti gli stratagemmi che può mettere in atto, egli non può liberarsi dalla schiavitù del bere perché sopra la sua persona esiste un Dio, in qualsiasi modo una persona possa concepirlo, che è il solo in grado di aiutarlo a combattere positivamente la malattia, anche se questa non potrà mai essere eliminata.

In ogni modo i promotori degli Alcolisti Anonimi, anche se avevano certe convinzioni religiose, non avevano la minima intenzione di creare una nuova "setta religiosa" anzi, non ritenevano per niente di voler essere gli artefici dell'avanguardia di un risveglio spirituale nel mondo.

L'Associazione degli Alcolisti Anonimi è in pratica il frutto di energie che sono state tratte dalla medicina e dalla religione, ma soprattutto da personali "esperienze di bevute" e da risorse attivate per il recupero.

L'Associazione non propone quindi una religione e neppure una terapia medica né si dichiara competente sulle motivazioni psicologiche ed inconsce del comportamento, ma i suoi promotori affermavano di avere un unico scopo: trasmettere un messaggio "spirituale" di salvezza all'alcolista che ancora sta soffrendo.

Essa si ritiene invece uno strumento di azione sociale per una terapia basata sulla comune sofferenza.

Lo scopo principale di un Alcolista Anonimo è di portare, infatti, con il linguaggio del cuore, il messaggio degli Alcolisti Anonimi ad un altro alcolista che soffre ancora, attivando una catena nella quale ogni alcolista è responsabile della gestione di un anello mancante.

Considerato il fatto che il più insidioso ostacolo sulla strada del recupero di un alcolista era ed è tuttora il meccanismo della "negazione" per cui difficilmente egli ammette il suo bere, per gli Alcolisti Anonimi è necessario "toccare il fondo" per far scattare la paura, perché l'antidoto principale alla paura è il risveglio spirituale, anche se i segni dell'angoscia difficilmente tenderanno a scomparire.

D'altronde la paura non necessariamente è distruttiva perché gli insegnamenti derivanti dalle sue conseguenze possono condurre a valori positivi.

Essi consigliano quindi all'alcolista "malato" un'assunzione netta di responsabilità sulla propria vita ed indicano "Dodici Passi" per affrontare tale compito, passi che rappresentano, di fatto, la loro metodologia.

In sintesi essi propongono:

- Di diventare onesti con se stessi.
- Di sviluppare un esame di se stessi.
- Di smettere di vivere da soli e di cominciare ad andare d'accordo con il mondo facendo ammenda.
- Di provare a dare senza chiedere ricompensa.
- Di chiedere a qualunque Potere Superiore possa esistere, anche se lo si fa come un esperimento, di aiutare a trovare la grazia di essere liberati dall'alcolismo."

Per gli Alcolisti Anonimi dunque l'alcolismo è una malattia dello spirito, una malattia per la quale deve per forza esserci un rimedio spirituale.

Sin dall'inizio gli Alcolisti Anonimi avevano individuato il problema della perdita di controllo e da sempre si erano focalizzati sulla necessità di cambiamenti ambientali, comportamentali, psicologici e spirituali per mantenere l'astinenza e proponevano un modello di cambiamento integrato e multidimensionale.

La stessa accettazione della perdita del controllo e dell'umana dipendenza è il cuore del loro programma di recupero, che si svolge nei dodici passi recepiti in buona parte dagli "Oxford Groups".

Un'astinenza durevole è raggiunta seguendo il complesso programma di cambiamento che combina antichissimi principi psicologici, filosofici e spirituali.

L'aiuto da parte degli Alcolisti Anonimi quando viene la voglia di bere, può essere raggiunto immediatamente solo componendo il numero telefonico di uno sponsor o andando ad un loro incontro.

D'altro canto l'astinenza è vista come una condizione necessaria ed una pietra angolare per un nuovo processo di sviluppo del proprio Sé.

## 7.2 L'alcolismo negli Stati Uniti

Mi sembra interessante, per capire meglio l'enorme sviluppo che gli Alcolisti Anonimi hanno avuto negli Stati Uniti, esaminare come è affrontato in tale paese l'alcol ed i problemi alcolcorrelati.

Utili indicazioni in tal senso mi sono state fornite dal volume curato dalla dott.sa Stephanie Brown: *Alcolismo, terapia multi dimensionale e recupero*, 2001- Erickson - Trento.

Innanzitutto l'alcolismo è tuttora considerato una malattia ed anche se sino agli anni settanta era curato negli ospedali psichiatrici in particolari reparti detti "asciugatoi", da qualche tempo grazie alla creazione di un apposito ente, l'alcolismo è curato come "malattia da dipendenza chimica" attraverso l'astinenza e con una metodologia in gran parte recepita, anzi spesso concordata con gli stessi Alcolisti Anonimi.

Ne consegue che il ricovero ospedaliero per l'alcolista diventa un problema medico, anche se gli Alcolisti Anonimi si limitano a cooperare nel miglior modo possibile.

Non stupisce quindi il fatto che, tuttora negli Stati Uniti l'alcolismo sia considerato una malattia, perché come tale può rientrare nel sistema di assistenza assicurativa contro le malattie, con la conseguenza che la categoria medica è incentivata a sviluppare centri di cura e di riabilitazione, essendo la sanità gestita dai privati.

Per gli Alcolisti Anonimi, lo scopo principale del ricovero di un alcolista non è soltanto quello transitorio di evitargli l'assunzione di alcol e di diventare temporaneamente sobrio, ma è soprattutto quello di metterlo nella condizione di maggiore ricettività possibile al programma dei dodici passi, che lo salveranno dalla dipendenza dell'alcol.

Addirittura, sempre secondo la Brown, in alcuni ospedali, indicati come "empori per ubriaconi", se l'alcolista è promettente è trattenuto più tempo per dar modo ai volontari di lavorare più in profondità ed inoltre esistono in molti ospedali particolari condizioni di favore per i ricoveri collegati con l'associazione degli Alcolisti Anonimi.

Gradualmente quindi i medici si sono orientati sempre più verso una stretta collaborazione anche nel primo approccio perché la terapia medica ha valore solo per la disintossicazione, mentre per un recupero a lungo termine si è dimostrato opportuno avvalersi della collaborazione degli Alcolisti Anonimi, perché essi possono aiutare mediante la condivisione personale della loro esperienza, della loro forza e della loro capacità di offrire speranza.

Pertanto oggi negli Stati Uniti l'alcolismo viene affrontato nell'ambito professionale della sanità, sia per gli aspetti della psicologia, che per quelli della psichiatria; nell'ambito non professionale invece ci si avvale dell'opera dei volontari Alcolisti Anonimi.

### **7.3 La collaborazione fra la scienza medica e gli Alcolisti Anonimi negli Stati Uniti.**

E' nata quindi una collaborazione tra la medicina ospedaliera delle dipendenze e gli Alcolisti Anonimi, senza accavallamento di ruoli, che si articola in quattro fasi sulla base della centralità della perdita di controllo e del processo evolutivo di cambiamento che viene verificato nell'ambito degli stessi Alcolisti Anonimi.

I quattro stadi, che corrispondono a tappe importanti nell'approccio e nella crescita di persone che sentendosi diverse perché malate e tendono a rientrare nella normalità, possono essere surrogati da sedute terapeutiche ospedaliere.

#### **7.3.1 Il primo approccio**

La persona difficilmente accetta di essere definita un "alcolista", perché negherà sempre di bere oppure affermerà di controllare sempre il proprio bere.

La sua stessa vita è tutta presa dal concetto di negazione e continuerà a ripetersi:

- 1 - che non beve troppo,
- 2 - che non ha perso il controllo,
- 3 - che ha bisogno di bere così per le ragioni più svariate.

L'approccio parte dalla constatazione che generalmente il bere all'inizio è divertente, ma poi diventa un'abitudine ed alla fine è necessario per sopravvivere.

Quando si arriva a toccare il fondo e si chiede aiuto, allora incontrare gli AA è una fortuna perché le persone della "Fratellanza" danno speranza insistendo sul fatto che ci si può recuperare.

#### **7.3.2 L' inizio dell'astinenza**

È lo stadio della fine del bere e dell'inizio dell'astinenza ed è l'inizio della partecipazione ad un gruppo di Alcolisti Anonimi.

Gli Alcolisti Anonimi chiamano questa fase la "capitolazione"

È l'esperienza della sconfitta che necessita di un cambiamento ed è anche la prima esperienza spirituale.

L'uscire da se stessi e l'accettare aiuto rende la persona capace di essere disponibile ad un cambiamento comportamentale e cognitivo.

La capitolazione ed il processo di recupero implicano l'accettazione della dipendenza invece della negazione, con un fondamentale spostamento: la persona passa in altre parole da una dipendenza attiva nei confronti dell'alcol e da una credenza del potere del proprio Sé al fatto di

affidarsi ad un gruppo di Alcolisti Anonimi, alla disponibilità di condividere i dodici passi del recupero e al riconoscimento di un Potere astratto più alto del proprio io.

Tale potere dapprima è costruito e ricercato fuori di se stessi ed in seguito ma con gradualità sarà interiorizzato come Potere Superiore.

### **7.3.3 La frequenza al gruppo.**

Con la frequenza al gruppo degli Alcolisti Anonimi le persone sono esortate a ricordare continuamente a se stesse che sono alcoliste e che il “primo bicchiere è quello che ubriaca.”

Viene elaborata la propria storia personale legata al bere (ubriacologo) e scatta un attaccamento positivo al gruppo di AA, la così detta “luna di miele” o “nuvoletta rosa” perché il gruppo rappresenta un contenimento ed una sicurezza ai sensi di colpa ed ai rimorsi di ciò che le persone avevano fatto quando bevevano. ( da Stephanie Brown: *Alcolismo terapia multi dimensionale e recupero*, 2001 – Erickson – Trento)

Nel gruppo, che viene anche definito “Fratellanza”, si insegna il rispetto verso se stessi, si accetta la volontà di un Potere Superiore, si perde la paura dell’ignoto e ci si ritrova liberi.

Le riunioni avvengono in un’atmosfera di empatia cercando di non giudicare, di non etichettare e di non fare la morale l’un l’altro.

### **7.3.4 I progressi personali.**

La base della cultura occidentale è la ragione e quindi siamo convinti del nostro potere decisionale sulla nostra vita, questa filosofia secondo gli Alcolisti Anonimi è una delle motivazioni principali che spingono l’alcolista a pensare di riacquistare il controllo del proprio bere.

Avvalendosi di tale concetto filosofico gli AA esortano ad avere un approccio intenzionale e ponderato alle situazioni contingenti della vita ed invitano l’alcolista a ripetere:

“Solo per oggi penserò al mio recupero, vivendo e apprezzando la vita senza l’uso di alcol.”

“Solo per oggi avrò fiducia in un Alcolista Anonimo che crede in me e vuole aiutarmi nel mio recupero.”

“Solo per oggi avrò un programma, che cercherò di seguire al meglio delle mie capacità.”

“Solo per oggi non avrò paura, penserò alle mie nuove relazioni con persone che non stanno bevendo e che hanno scoperto un nuovo modo di vivere.”

“Finché seguirò anch’io questo stile di vita, non avrò nulla da temere.”

Pertanto con questo accentramento della volontà sul proprio io, e sul “qui ed ora”, qualora il controllo del proprio bere venisse meno, ciò potrebbe solo significare che è debole l’Ego o la volontà personale e quindi si propone di focalizzare il carattere morale della persona mediante continue sedute introspettive e di autocontrollo.

In tal modo in caso di ricaduta, poiché l’alcolismo è considerato una malattia, non è la volontà che fallisce ma si è vittime della malattia quindi si è più tranquilli e liberi di cercare aiuto per la propria guarigione, ricorrendo agli altri AA della Fratellanza ed annullando ogni senso di colpa.

Le persone sono invitate ad utilizzare i Dodici Passi per interrogare il passato e il presente, per conoscere le proprie motivazioni cosce ed inconscie e per sfidare i propri comportamenti e le proprie credenze.

Esse parlano della loro crescita e del loro recupero alla normalità descrivendolo come uno sviluppo spirituale, racchiuso nella fede in un Potere che le trascende e le fa diventare simili agli altri.

Ognuno acquista così la propria autonomia e sviluppa con altri delle relazioni mature e interdipendenti, in modo da esplorare e dare un'interpretazione sempre più profonda dei Dodici Passi.

Gli Alcolisti Anonimi sostengono che non hanno trovato la cura per la dipendenza, ma offrono solamente un programma che funziona per il recupero quotidiano, perché ogni giorno è data una possibilità di recupero per un nuovo modello di vita.

Il programma degli Alcolisti Anonimi non prevede la guarigione, che è impossibile perché l'uomo non ne è responsabile, ma il recupero quotidiano attraverso l'astinenza ed un consapevole lavoro dei Dodici Passi.

Essi sono convinti che c'è la malattia della dipendenza e credono di essere guidati da una Consapevolezza Più Grande che li ha portati ad un denominatore comune: "Aver fallito nel tentativo di controllare la dipendenza."

La loro esperienza li porta a credere che ogni alcolista soffra di una malattia incurabile nel corpo nella mente e nello spirito.

L'Associazione degli Alcolisti Anonimi è quindi una Fratellanza composta di uomini e di donne che stanno imparando a vivere senza alcol, ed ha come scopo principale quello di restare astinenti per portare un messaggio di speranza alla persona alcol-dipendente che soffre ancora.

Il loro nome "Alcolisti Anonimi", anche se normalmente è identificato come risposta alla vergogna di essere riconosciuti quali alcolisti, ha invece un importante significato spirituale: anteporre i principi alle individualità.

Il merito principale di tale "anonimato voluto" consiste nel coniugare la paura dell'alcolista all'umiltà del proprio "ego" che abbandona la propria negatività rimpiazzandola con un atteggiamento positivo verso il prossimo.

## 7.4 I “dodici passi” degli Alcolisti Anonimi

Nota: I Dodici Passi sono riportati con il permesso degli Alcolisti Anonimi sul libro “*Alcolismo, terapia multi dimensionale e recupero*” curato da Stephanie Brown edito dalla casa editrice Erickson nel 2001 a Trento.

- 1 Noi abbiamo ammesso la nostra impotenza di fronte all'alcol: le nostre vite erano diventate incontrollabili.
- 2 Siamo giunti a credere che un Potere più grande di noi avrebbe potuto riportarci alla ragione.
- 3 Abbiamo preso la decisione di affidare la nostra volontà e le nostre vite a Dio, così come possiamo concepirLo.
- 4 Abbiamo fatto un inventario morale profondo e coraggioso di noi stessi.
- 5 Abbiamo ammesso di fronte a Dio, a noi stessi e ad un altro essere umano la natura esatta dei nostri torti.
- 6 Siamo giunti ad accettare, senza riserve, che Dio eliminasse tutti questi difetti del nostro carattere
- 7 Gli abbiamo chiesto umilmente di porre rimedio alle nostre insufficienze.
- 8 Abbiamo fatto un elenco di tutte le persone che abbiamo danneggiato e abbiamo deciso di fare ammenda verso di loro.
- 9 Abbiamo fatto direttamente ammenda verso tali persone, laddove possibile, tranne quando, così facendo, avremmo potuto arrecare danno a loro oppure ad altri.
- 10 Abbiamo continuato a fare il nostro inventario personale e quando ci siamo trovati in torto lo abbiamo subito ammesso.
- 11 Abbiamo cercato, attraverso la preghiera e la meditazione, di migliorare il nostro contatto cosciente con Dio, così come noi possiamo concepirlo, pregando solo di farci conoscere la Sua volontà nei nostri riguardi e di darci la forza di eseguirla.
- 12 Avendo ottenuto un risveglio spirituale come risultato di questi Passi, abbiamo cercato di trasmettere questo messaggio agli altri e di mettere in pratica questi principi in tutti i campi della nostra vita.

## capitolo 8. I gruppi di auto mutuo aiuto

### 8.1 Il gruppo nella comunità umana

Il fatto che gli uomini si riunissero tra loro per aiutarsi vicendevolmente era secondo gli studiosi un modo che appariva già nelle società preistoriche.

D'altro canto dobbiamo anche ricordare che, i principi di base dell'ecologia, come scienza sistemica degli ambienti di vita (ecosistemi), mettono sempre in correlazione il benessere biologico degli organismi con l'ambiente fisico, il quale nello stesso tempo entra in loro e fa da sfondo al loro agire ed al ricupero delle risorse.

Anche la comunità umana è un ecosistema primario e, come tale, dovrebbe rappresentare un sistema di cura verso se stesso ed esprimere al suo interno, oltre che problemi, anche delle soluzioni.

In tal senso quindi, possiamo oggi affermare, che tutti i gruppi di auto mutuo aiuto rispecchiano una meravigliosa realtà della nostra società, perché cercano di dare una risposta responsabile ai numerosi problemi sociali là dove, non possono essere dati dalla rete formale socio sanitaria.

### 8.2 La storia del mutuo aiuto

Fin dai primi tempi, infatti, i membri delle tribù e dei clan si univano, per proteggere i meno sani e per difendere i loro territori dagli attacchi di altre tribù.

Nel medioevo le forme di mutuo aiuto divennero azioni cooperative e superarono il puro concetto della difesa fisica per estendersi alla ricerca del cibo ed all'assistenza ai bisognosi.

Successivamente anche la Chiesa promosse istituzioni benefiche per far giungere ai poveri ed ai disagiati ciò che le inadempienze dell'organizzazione dello stato non potevano dare.

L'Inghilterra fu il primo stato che intorno al 1600 promulgò delle leggi (*Poor Laws*) che, pur affrontando in senso negativo le condizioni di povertà e di indigenza, perché paragonavano i meno fortunati alla stregua di criminali e quindi comminavano loro pene e carcerazioni, di fatto fecero nascere in modo spontaneo le *Friendly Societies* che si estesero subito anche in Europa giungendo a contare nella sola Inghilterra agli inizi del XX secolo oltre 27.000 gruppi locali che erano definiti:

” strutture per l'aiuto fraterno nelle situazioni di disgrazia, mezzi per incanalare lo spirito dei servizi di volontariato e agenzie per la mutua assicurazione e sicurezza personale.”

Cfr. Katz Bender 1976, citato in: Noventa, Nova, Oliva. 1990. *Self-help*, Torino, Gruppo Abele

Pure in Italia sorsero tra i lavoratori, alla fine dell'ottocento, le Società di Mutuo Soccorso che servivano a proteggere gli stessi lavoratori dai contraccolpi sociali che venivano provocati dall'industrializzazione avanzante.

Sempre alla fine dell'ottocento, il filosofo russo Peter Kropotkin scriveva un libro pionieristico dal titolo "Mutual Aid" (mutuo aiuto) creando tutta una letteratura in materia ed affermando che il progresso etico avviene, non già per la reciproca lotta, ma per il mutuo sostegno.

La grande crisi degli anni trenta fu di stimolo anche negli Stati Uniti per la formazione di istituzioni educative per lavoratori.

I loro programmi educativi erano impostati sul mutuo aiuto e sul reciproco impegno dei partecipanti per azioni collettive a favore di gruppi e comunità.

E' proprio in questo periodo che è avvenuta la fondazione dei gruppi degli Alcolisti Anonimi, sulla base dei principi e dell'ideologia che animavano appunto il movimento luterano dei gruppi di auto aiuto degli "Oxford Groups".

(cfr. Gartner-Riessman, 1977 citato in: Noventa, Nova, Oliva. 1990. *Self-help*, Torino, Gruppo Abele

Viceversa in Italia i gruppi di auto mutuo aiuto si sono moltiplicati, soprattutto sull'onda dell'esperienza dei Club degli alcolisti in trattamento; ed oggi stanno continuamente affermandosi, molto spesso coordinati dalla stessa rete formale che, ne ha potuto verificare l'efficacia sulla salute, sia in termini di prevenzione sia in termini di terapia.

Tali gruppi, oggi, si stanno organizzando in un'associazione (A.M.A.) e continuano ad aumentare sempre più tra persone che si trovano coinvolte in condizioni di disagio che hanno sconvolto la loro esistenza.

### **8.3 Gli incontri dei gruppi di auto mutuo aiuto**

I loro incontri settimanali rappresentano:

“Un momento d'incontro tra persone, singole, in coppia o famiglie, unite da uno stesso problema (dipendenza, stato di bisogno, difficoltà in generale) per rompere l'isolamento, per raccontarsi le proprie esperienze di vita (gioiose o dolorose), per scambiarsi informazioni e soluzioni, per condividere sofferenze e conquiste con l'obiettivo di sentirsi risorsa, non solo per sé, ma per l'intera collettività.”

(Bertoldi, Vanzetta. 2002 *I gruppi di auto mutuo aiuto* Trento, AMA.

Sono membri di tali gruppi soprattutto le persone che sono portatrici del problema del quale il gruppo si interessa.

Benché i loro familiari o i loro amici possano essere in grado di soddisfare alcuni dei loro bisogni fisici ed emozionali, molti ritengono di avere ulteriori bisogni, che possono essere compresi soltanto da qualcuno che ha avuto gli stessi problemi e li ha superati con successo.

In tali gruppi come si può ben capire la famiglia può anche essere presente ma l'auto mutuo aiuto riguarda principalmente le persone singole anche se al loro problema possono essere coinvolti i familiari.

## 8.4 La loro funzione sociale

Per capire le cause del continuo proliferare dei gruppi di auto mutuo aiuto, dobbiamo considerare, oltre al valore notevole che tali gruppi contribuiscono a dare a coloro che si trovano in difficoltà, anche la trasformazione avvenuta nella famiglia patriarcale, per la quale famiglie composte di due o tre persone oggi cercano di unirsi su specifici disagi per aiutarsi a vicenda.

Non solo ma se consideriamo, che il Welfare ha sempre privilegiato l'erogazione dei servizi pubblici, rispetto a quelli che erano erogati direttamente dalla vecchia famiglia patriarcale, ci rendiamo conto quanto gli uomini siano stati sempre più indirizzati verso la delega al servizio pubblico della propria salute.

La conseguenza che deriva è che, addirittura molti gruppi di self-help sono sorti in contrapposizione al sistema formale dei servizi sociali, quasi a rappresentare una nuova proposta informale della comunità contro il comparto formale del Welfare, mentre, dovrebbero costituire parte di una rete sociale che funziona in piena collaborazione con gli operatori professionali.

Anche se dopo le tensioni ideali del 1960 contro il welfare dell'assistenzialismo si è visto un certo riflusso generale dell'impegno sulla propria salute da parte delle persone, si può notare che, quando la persona è toccata direttamente dal problema è ancora spinta a tale impegno.

Nell'introduzione all'edizione italiana del sopra citato libro di Sullivan, il presentatore dott. Fabio Folgheraiter individua i livelli d'azione informale, sia nell'azione autonoma del soggetto portatore del bisogno, sia nell'azione dei "network personali di supporto sociale". (quali la famiglia, gli amici, il vicinato ecc. che servono a sostenere emotivamente ed a fare da feedback sui comportamenti.)

## 8.5 I loro mezzi

Nella guida per i facilitatori di gruppo di D.M. Steinberg – *L'auto/mutuo aiuto* 2002 – Erickson – Trento, sono individuate alla base dei processi di mutuo aiuto ben nove dinamiche che permettono di realizzare l'obiettivo per il quale il gruppo di auto mutuo aiuto è sorto e cioè: risolvere i problemi individuali dei partecipanti valorizzando le risorse e la crescita personale di ognuno.

Tali dinamiche sono:

- 1 La condivisione delle informazioni
- 2 La dialettica interna
- 3 La discussione dei tabù
- 4 L'essere tutti nella stessa barca
- 5 Il sostegno emotivo reciproco
- 6 Le richieste reciproche
- 7 Il fronteggiamento dei problemi individuali
- 8 Il "fare le prove"
- 9 La "forza del numero"

## 8.6 Gli effetti positivi

Ogni uomo dovrebbe essere posto in condizione di poter risolvere i propri problemi, altrimenti viene a trovarsi in una condizione di disagio e non può ritrovarsi in quel concetto di salute dell'Organizzazione Mondiale della Sanità, che è il benessere fisico psichico e sociale.

Non esiste in una visione allargata una specifica patologia medica, ma si possono attivare soltanto le forze delle stesse persone anche se collegate preferibilmente alle relazioni ecologiche del loro ambiente.

Nessuno in pratica può sostituirsi ad altri per cambiare il corso della vita di un uomo.

Ognuno deve usare le proprie forze in prima persona; compito degli altri sarà solamente quello di fare in modo che egli possa appoggiarsi a reti di supporto e di rinforzo per essere facilitato a pervenire con minor fatica al proprio cambiamento.

Quindi compito del gruppo di auto mutuo aiuto è in particolare quello di:

- provocare una terapia auto indotta (chi aiuta riceve aiuto)
- far acquisire maggior fiducia in se stessi
- far ridimensionare il proprio problema
- farsi sentire "socialmente utili"
- aumentare le possibilità di informazione e di educazione
- far acquisire un senso di appartenenza al gruppo.

Le persone cioè non si sentono più delle persone devianti nel sistema sociale o persone portatrici di qualche patologia o sofferenza, ma diventano membri di un sistema di tipo quasi familiare.

## 8.7 Le diversità

Ogni gruppo di Alcolisti Anonimi ed ogni Club per alcolisti in trattamento potrebbe esser assimilato ai gruppi di Auto Mutuo Aiuto, ma delle specifiche caratteristiche fanno di questi, gruppi esclusivi che alla fin fine discostano da quelli che sono i principi e le dinamiche dell'auto aiuto.

In particolare i gruppi Alcolisti Anonimi che, per motivi di umiltà vogliono mantenere il proprio anonimato, e quindi non possono certamente aprire il loro gruppo ai famigliari ed inoltre perché nel gruppo non viene prevista la presenza di una figura esterna che funge da operatore o terapeuta.

Gli stessi Club degli alcolisti in trattamento, che in un primo tempo erano stati definiti dallo stesso prof. Hudolin come gruppi di auto aiuto, affidati ad un terapeuta o ad un operatore sono stati successivamente affidati alla figura di un Servitore-insegnante che dovrebbe garantire il protagonismo ad ogni famiglia sia come disagio sia come risorsa.

Il lavoro dei Club, infatti, non si rivolge solo al problema specifico di un componente della famiglia, ma, essendo questa in crisi per tale situazione, il lavoro è indirizzato principalmente alla crescita del sistema famiglia, e di riflesso al sistema comunità locale.

A mio avviso comunque, se per gruppo di auto mutuo aiuto s'intende quel gruppo che nella comunità gestisce in proprio, ossia al di fuori della rete formale sanitaria, anche con metodi diversi, la promozione della propria salute, possiamo considerare che sia i gruppi di Alcolisti Anonimi sia i Club contribuiscono a realizzare nella loro specifica autonomia tale maturazione.

Sviluppare la protezione della propria salute in modo responsabile è, infatti, la vera premessa per il raggiungimento di un certo benessere, tenendo anche presente che tale benessere sociale è profondamente legato alla qualità dell'ambiente umano in cui una persona vive.

## PARTE TERZA

*Alcune riflessioni e raffronti*

### **Capitolo 9. La cultura sanitaria generale**

Una prima riflessione, mi sembra doveroso si debba fare, circa lo sviluppo che la cultura sanitaria e sociale sta avendo in questi ultimi anni con il sorgere dei gruppi di auto mutuo aiuto che, di fatto, puntano ad un nuovo sviluppo della rete informale nella comunità locale.

#### **9.1 Riequilibrare l'assistenza sanitaria**

Al congresso di Riva del Garda nel 1990 il prof. Hudolin, antesignano di tale cultura, e che era fermamente convinto quanto la prima causa del comportamento del bere fosse un fatto di cultura sociale, ebbe a dichiarare:

“..... i problemi alcol correlati fanno parte della cultura sanitaria e generale delle comunità umane ed il loro controllo, includendo la prevenzione primaria, secondaria e terziaria, può essere fatto con successo esclusivamente nelle comunità stesse.

Si deve cercare di cambiare la cultura sanitaria e generale e questo può essere fatto solamente dai membri delle comunità in collaborazione con i servizi e non dai servizi isolati.”

Sempre più in questi ultimi anni si sta notando che la struttura sanitaria, anche se scientificamente riesce a raggiungere servizi sempre più avanzati, non riesce a rispondere, di fatto, ai crescenti bisogni multi dimensionali della sofferenza.

Certamente la scienza medica non si è fermata, anzi, sta operando notevoli progressi tecnologici, sia nella ricerca sia nella terapia delle malattie, ma ormai la stessa O.M.S. si sta pronunciando come la vera salute, non si raggiunge soltanto con le terapie preventive e curative, ma può essere raggiunta soprattutto attraverso un benessere psicofisico sociale della persona umana con tutte le sue potenzialità.

Ricordiamoci che prima di tutto l'uomo deve vivere e non deve essere fatto vivere come un pezzo di meccano assemblato dal sistema.

Pertanto è sempre più necessario assumersi la responsabilità di “curarsi” prima di ricorrere al potere terapeutico della sanità come organizzazione.

#### **9.2 Assumere le proprie responsabilità**

Essere in salute, non significa più essere privo di sofferenze fisiche, ma significa sempre più vivere una vita più piena e più bella, qualità che non possono essere raggiunte senza lo sviluppo di valori quali la gioia, l'amicizia, la solidarietà e la pace.

Tali valori permettono, infatti, di raggiungere nelle relazioni con i familiari e con la comunità locale quella serena convivenza che è uno degli aspetti principali per la salute.

Sempre il prof. Hudolin nel 1990 al 6° congresso di Riva del Garda in merito alla salute precisava, inoltre, che:

“Non si può immaginare oggi questa protezione senza auto protezione, auto aiuto e mutuo aiuto, almeno quando si tratta della salute propria e della propria famiglia.”

Oggi, per quanto concerne la cultura sanitaria generale, tutti i gruppi di auto mutuo aiuto rappresentano un passo avanti notevolissimo circa una maggiore coscienza e responsabilizzazione di ogni persona circa la propria salute, contribuiscono senz'altro a dare una risposta veramente positiva per un maggior equilibrio del sistema ecologico umano.

Sotto questo aspetto i Club degli Alcolisti in Trattamento devono senz'altro essere considerati tra i primi gruppi di auto mutuo aiuto, anche se lo stesso prof. Hudolin con il tempo non li ha più considerati tali per una causa diversa che appare chiaramente se esaminiamo il club sotto un altro contesto.

Alla parola “aiuto”, infatti, sono state sostituite le parole “solidarietà ed auto protezione” proprio perché in un sistema aperto non può esserci uno fortunato che aiuta il meno fortunato, ma una corresponsabilità di tutti per il funzionamento del sistema stesso, e di conseguenza è la famiglia che riceve solidarietà ed inizia nel Club ad auto proteggersi.

A mio parere anche i gruppi di Alcolisti Anonimi pur se hanno molte caratteristiche per essere annoverati tra i gruppi di auto mutuo aiuto, potrebbero non essere considerati tali, perché, di fatto, il loro auto mutuo aiuto è stabilito da un programma ben preciso di crescita, nel quale poco è lasciato all'autonomia del singolo alcolista, essendo indispensabile che siano rispettati con cieca fiducia i consigli ed i suggerimenti del gruppo, che è appunto chiamato Fratellanza e che ha la presunzione di essere una voce trascendente alla persona.

Tornando però ad esaminare i vantaggi che derivano alla società dalla nuova azione che sta sorgendo per modificare la cultura della salute ed in particolare del ruolo importante che dovrà avere la stessa cultura del bere, cercherò di limitare maggiormente il mio raffronto ai gruppi, che specificatamente intervengono sul problema alcol e sulle sue conseguenze, per metterne in risalto i valori che ne sono alla base, ma soprattutto per rilevare come, attraverso luci ed ombre delle due metodologie, si possa giungere a restituire all'alcolista la gioia di vivere ed a ridare all'intera umanità la ricchezza unica di ogni suo elemento.

Per gli Alcolisti Anonimi, l'approccio e la crescita prevedono l'astinenza ed una nuova vita nel rispetto dei dodici passi, perciò la singola persona cresce nello sviluppare verso la società una spiccata solidarietà, che si manifesta particolarmente per chi soffre della malattia “alcolismo”.

Nel Club invece, è proposto espressamente il cambiamento del proprio comportamento rispetto al bere, con il coinvolgimento di tutto il proprio ambiente, per giungere ad assumere una certa sobrietà nella propria vita, e tale scelta rappresenta un mezzo per raggiungere il vero obiettivo che è quello del cambiamento della cultura sociale sanitaria.

Infatti, solamente se ogni uomo sa modificare il proprio stile di vita, assumendo la responsabilità della propria salute si può giungere, attraverso una buona comunicazione ed una buona interazione nella propria realtà di vita, a contribuire nella creazione di una nuova cultura.

### **9.3 Essere corresponsabili**

Assumere la responsabilità della propria salute significa anche, essere corresponsabili della salute della propria famiglia ed, inoltre, frequentando il club ci si interroga sulle sofferenze di altre famiglie modificando il proprio ruolo e divenendo nella comunità locale e nel quotidiano artefici di pace.

La prima ed unica prerogativa per raggiungere la pace tra gli uomini, infatti, non è senz'altro quella imposta dalla guerra e dalla violenza, ma quella di capire le altrui sofferenze riuscendo ad acquisire una sempre maggiore coscienza delle ingiustizie che sono fatte o che vengono subite.

Anche se per molti, oggi nell'era moderna, il sistema famiglia sta andando in crisi il prof. Hudolin a Trieste nel 1993 al congresso regionale volle riprendere il ruolo della famiglia come perno del sistema dell'intera umanità e confermò che:

“Il cambiamento non può avvenire se non è inserita nel processo tutta la famiglia. Non si tratta dell'aiuto dei familiari al membro malato, ma di una necessità profonda della famiglia intera e, quindi, è una richiesta sostanziale e non formale.”

Più volte ho pensato al senso della partecipazione al Club di soli alcolisti ed, approfondendo sempre di più la metodologia del prof. Hudolin, mi chiedo quanto sia opportuna la loro accoglienza in nome della “porta sempre aperta del club”, oppure quanto possa rappresentare invece, soltanto un momento caritatevole di buona volontà di aiuto.

La frequenza al Club di un singolo senza la famiglia può portare al massimo ad un'astinenza vissuta come privazione e sacrificio, ma difficilmente potrà svilupparsi in una vita di serenità e di pace, proprio perché il Club è un mezzo e mai un fine.

Sono anzi convinto che, mancando la volontà di partecipazione della famiglia che è appunto un presupposto essenziale per un serio lavoro da parte del Club, sarebbe opportuno suggerire la frequenza di un gruppo di Alcolisti Anonimi, dove, proprio per il diverso approccio troverebbe sempre delle persone pronte ad aiutarlo nelle sue difficoltà personali.

Proprio in questi momenti storici, nei quali il mondo è a rischio per una guerra continua, causata dalla caduta di sacrosanti diritti e dalla dittatura delle armi e dell'economia, mi sembra che si debba rispondere migliorando i nostri comportamenti verso gli altri, cioè costruendo sempre più buoni rapporti tra le persone, perché dobbiamo vivere insieme, dobbiamo comporre i conflitti e ricercare incessantemente l'interesse di tutti ed il bene comune, bene che sta veramente divenendo sempre più quello dell'intera comunità umana.

## **Capitolo 10 Una diversa concezione dell'“alcolismo”**

Per una profonda comparazione tra la metodologia dell'approccio multifamiliare o ecologico o sistemico e la metodologia degli Alcolisti Anonimi si deve considerare innanzi tutto la diversa concezione che sta all'origine delle due metodologie circa il problema “alcolismo”.

Altro è intendere l'alcolismo come una malattia, altro è considerarlo come il risultato di un comportamento.

Nell'uno e nell'altro caso, infatti, vengono sviluppati aspetti particolari nelle metodologie proposte che spesso appaiono nettamente in contrasto tra loro.

La diversa impostazione delle due metodologie mi sembra sia causata in buona parte dalle loro diverse origini ed in particolare, dal contesto in cui erano vissuti i loro ideatori, e dal periodo storico in cui tali metodologie sono state elaborate

### **10.1 Patologia del singolo**

Infatti, per Bob e Bill che avevano elaborato la metodologia dei “Dodici Passi” nel 1935, l'alcolismo era una malattia non solo perché l'avevano vissuta direttamente nei ripetuti ricoveri ospedalieri, ma anche perché la scienza allora accomunava la patologia dei danni fisici prodotti dall'alcol con la patologia psichica della singola persona considerando il tutto come malattia psichica.

Successivamente la scoperta della teoria dei sistemi aperti, che dava importanza alle azioni piuttosto che all'essenza del singolo elemento, e avrebbe potuto modificare il concetto di malattia psichica non è stata presa in considerazione nel suo valore, sia per i risultati positivi, che comunque gli Alcolisti Anonimi stavano ottenendo, sia per la contrarietà della classe medica, che si sarebbe vista restringere un proprio campo d'azione che tali successi le stavano garantendo.

Inoltre, poiché la malattia “alcolismo” veniva curata partendo dalla rete sanitaria formale, che negli Stati Uniti non è pubblica ma privata, era indispensabile garantire ai medici e soprattutto alle compagnie di assicurazione, che nella pratica pagavano le prestazioni mediche, un “business” molto remunerativo chiamato “alcolismo”.

### **10.2 Comportamento**

La metodologia del prof. Hudolin è il risultato di una lunga esperienza di studio su numerosi pazienti che testimoniavano direttamente i danni del troppo bere ma che non riuscivano a cambiare tale comportamento.

Egli ha concretizzato il suo pensiero, con l'apertura dei primi club a Zagabria nel 1964 ed ha avuto, sul piano scientifico, una grossa conferma di tale sua concezione nella scoperta della teoria dei sistemi, che era maturata proprio in quegli anni e che, stava contribuendo a modificare le norme di approccio di tutte le ricerche scientifiche.

Per Hudolin l'“alcolismo” è un comportamento o meglio uno stile di vita che colpisce un sistema nelle relazioni tra i suoi componenti e non è una malattia perché qualora lo fosse, non solo, non si potrebbe diagnosticarla, ma non esisterebbero farmaci in grado di guarirla.

Anzi al Congresso di Assisi del 1993 egli dichiarava che:

“Il concetto di malattia corrisponde ad una regressione comportamentale, che ci fa dipendere dalle istituzioni e da vari terapeuti, ed inibisce la crescita e la maturazione.”

Non solo, ma riteneva anche che una società che accetta l'“alcolismo” come malattia di fatto, riconosce l'uso della droga “alcol” in quanto tende a proteggere il bere moderato e quindi difficilmente, riesce a fare prevenzione, poiché nessuno è responsabile di tale fenomeno, né l'alcolista né la società.

Comunque nella metodologia del prof. Hudolin non si parla di cura ma di trattamento che consiste nel cambiare il proprio comportamento e non solamente rispetto al bere.

E' l'alcolista stesso, quindi, che deve affrontare con gli strumenti necessari il modo di comportarsi, e questi, secondo la metodologia, non sono le medicine, bensì la famiglia ed il club.

Il trattamento, anche se passa attraverso l'astinenza, è imperniato sull'analisi dei rapporti all'interno dei sistemi ed usando il principio del “qui ed ora” è diretto alla continua crescita e maturazione per superare quella situazione di emarginazione nella quale, la sua famiglia e la comunità locale avevano collocato, rispettivamente, l'alcolista e la sua stessa famiglia per l'eccessivo bere. .

Presupposto importante per il trattamento è di abbandonare l'uso dell'alcol, cosa che non va vista come sacrificio, ma come decisione presa dalla persona e dalla famiglia che cerca di cambiare il proprio comportamento.

Un ruolo importante assume quindi la figura del Servitore-insegnante, che, diventa il catalizzatore di tale cambiamento, favorendo un clima di empatia nel Club e rendendo possibile una migliore convivenza, per far crescere la qualità della vita e raggiungere una salute migliore.

Nel Club in pratica si cerca di accogliere l'alcolista, non soltanto sotto l'aspetto somatico, ma come un'unità indivisibile: somatica e spirituale; perché si uniscono vari codici di comportamento nella libera ricerca di un suo nuovo stile di vita.

E' una solidarietà concreta e non caritatevole che è portatrice di convivenza e di accettazione della multidimensionalità dell'uomo.

In altre parole si perviene nel tempo ad una spiritualità antropologica che ci rende tutti responsabili di tutti.

### **10.3 “Recupero” e “crescita”**

La prima preoccupazione che ha un alcolista quando vuole smettere di bere è quella di non subire ulteriori sofferenze a causa dell'astinenza e, la prima richiesta che spontaneamente farà sia al Club sia al gruppo di Alcolisti Anonimi, è quindi quella di essere sostenuto nel suo proposito.

Se, l'approccio considera che l'alcolismo è una malattia, allora l'astinenza diventa una cura e la sua attuazione assume principalmente l'aspetto di un "recupero" dalla malattia, attraverso "i dodici passi" anche se, per gli AA la stessa rimarrà sempre latente nella persona ed il successivo lavoro sarà di prevenire la ricaduta facendo perdurare la volontà di astinenza..

Se invece l'approccio considera l'alcolismo come la conseguenza di un comportamento il trattamento che viene fatto è appunto quello di modificare il comportamento e quindi non si parla più di recupero dall'astinenza, ma si parlerà principalmente di lenta crescita e di lenta maturazione in tale cambiamento per assumere sempre più un ruolo da protagonista.

Durante la mia esperienza di Servitore-insegnante, ho constatato spesso che, il percorso proposto dal prof. Hudolin viene sviluppato con sempre crescente difficoltà dalle famiglie.

In primo luogo perché la società sta sempre più sviluppando il concetto del bere moderato, con la conseguenza che, culturalmente, l'alcolismo viene recepito come un abuso del bere e quindi una malattia.

Inoltre, anche se certamente il lavoro del club è orientato sui comportamenti delle persone e delle famiglie, spesso si riesce a superare facilmente la soglia dell'astinenza ma necessitano tempi molto lunghi per superare la soglia della sobrietà.

La causa, mi sembra generalmente sia da ricercarsi, soprattutto, nella scarsa convinzione con cui sono affrontati temi quali l'interdipendenza, la spiritualità antropologica e l'ecologia sociale, e quindi diventa più facile e preferibile, non assumere responsabilità, accettando il concetto d'alcolismo come "malattia dell'abuso".

La scarsa realizzazione di scuole territoriali nelle comunità locali (terzo modulo), determina poi, che gli ingressi al Club avvengono soprattutto tramite l'invio da parte dei Servizi di Alcologia, con il risultato che, è abbastanza difficile convincere una persona proveniente dall'ospedale, che il suo problema non è causato da una malattia.

A maggior ragione poi, quando nello stesso ospedale vengono tenuti degli incontri con familiari molto simili a quelli che si tengono nella scuola di primo modulo; per la famiglia diventa sempre più arduo comprendere che, non si frequenta il Club per aiutare il familiare ammalato, ma perché il comportamento del bere di un familiare ha provocato un disagio, che si ripercuote su ogni membro della famiglia, e dal quale disagio, solo un diverso comportamento di tutta la famiglia, permette di uscirne.

## Capitolo 11. Volontà ed autodeterminazione

Quando spesso al club viene indicata la maggiore o minore forza di volontà per smettere di bere mi rammento sempre che Lindwosky nel suo volume: (*L' educazione della volontà – ed. Morcelliana 1956 – Brescia*) indicava le tre principali teorie per giungere più facilmente ad educare la propria volontà.

Alla teoria del “Vollti fortissimamente vollti” dell’Alfieri, che, per dedicarsi allo studio si faceva legare alla sedia, Lindworsky contrapponeva quella di don Bosco, che esortava i giovani a fare continuamente il bene, al fine di educarsi a non fare il male.

La teoria però che mi è sempre parsa la più importante, ma anche la più valida è quella che sostiene che la volontà di ognuno è direttamente collegata alla forza dei motivi, e citava due uomini molto illuminati quali efficaci promotori della stessa: san Francesco d’Assisi e Papa Giovanni XXXIII °

### 11.1 volontà di smettere

Parlare di volontà per smettere di bere, tra un gruppo di Alcolisti Anonimi ed un Club di alcolisti in trattamento, a mio avviso, può avere, un diverso significato perché la volontà viene sostenuta da motivazioni diverse.

Negli Alcolisti Anonimi, poiché l’alcolismo è concepito come “malattia della dipendenza”, la volontà viene sottomessa alla guida di una “Consapevolezza Più Grande”, anche se il lavoro viene fatto sul “qui ed ora”, e la prima motivazione per impegnare la propria volontà è l’astinenza, anche se, in un secondo tempo, la motivazione sarà di portare un messaggio di recupero ad altri alcolisti.

Per loro, benché non sia responsabile della loro malattia, ogni alcolista è però responsabile del proprio recupero e quindi si sente in dovere di rispondere al “Grande Orologiaio” che governa il mondo con il proprio impegno, imparando il rispetto verso se stesso ed accettando la Fratellanza, come volontà di un Potere Superiore.

Questo permette all’alcolista di perdere la paura dell’ignoto e di ritrovare una propria libertà, ma solo dopo aver preso la decisione di affidare la propria volontà e la propria vita alla cura di un Dio, così come ognuno può concepirLo.

Gli Alcolisti Anonimi partono cioè da un denominatore comune: “Aver fallito nel tentativo di controllare la dipendenza”, ed ogni giorno è data loro una possibilità di ricupero e assumendo la propria auto determinazione al fine di raggiungere l’obiettivo di un preciso modello di vita, quello dei “Dodici Passi”.

Attraverso tale programma essi dapprima partono accettando una certa vita spirituale, ma poi la approfondiranno, giungendo a viverla, alla luce dei dodici passi, in modo alquanto ricco di valori morali.

### 11.2 auto determinare il proprio cambiamento

Nel club degli alcolisti in trattamento, invece, apparentemente la volontà sembra essere la principale forza necessaria a cambiare il comportamento, ma la metodologia hudoliniana non impone delle regole o degli obiettivi precisi da raggiungere, perché il prof. Hudolin, e questa è una

delle cose che più mi hanno colpito di lui, era ben cosciente che per l'uomo ed il suo sistema primario non ci sono leggi assolute che valgono per tutti e in tutte le situazioni, ma che ognuno deve sapersi sintonizzare nelle vicissitudini e nelle novità continue della propria vita.

Egli, infatti, seguendo la nuova visione della natura che è chiamata visione "olistica" o di "ecologica profonda" e che scaturisce dalle recenti ricerche scientifiche conseguenti alla teoria dei sistemi, ha saputo superare l'eredità cartesiana della separazione tra spirito e natura, valorizzando l'importanza della soggettività di ogni organismo ed accettando quindi, che in ogni processo della natura, contrariamente a quanto si riteneva, ogni novità appare senza che sia predefinita.

Cioè la scienza sta ormai abbandonando la concezione di un mondo stabilito, ma tende a vedere sempre più come tutti i processi della natura stiano avvenendo in modo irregolare e non prevedibile quasi come in una situazione di caos.

Nel mondo "deterministico" di Newton tutto sembrava essere programmato e ripetitivo e per la natura non esisteva né storia né creatività perché veniva pensata come una macchina.

Oggi possiamo affermare che la storia gioca un ruolo importante, il futuro è incerto, ed è proprio quest'incertezza che è al centro della stessa creatività.

Grazie alla rivoluzionaria teoria dei sistemi tutta la natura diventa invece sempre più imprevedibile e sensibile al mondo circostante e viene influenzata da ogni minima fluttuazione proprio come la natura umana.

Mi sembra quindi molto importante che nel club il percorso di un cambiamento sia fatto da ogni persona e famiglia, arricchendosi attraverso l'ascolto e la comunicazione di emozioni e di sentimenti che si provano dal racconto di altrui esperienze, non ricevendo dei consigli, dei moralismi o dei suggerimenti, ma ricevendo solamente gli stimoli che potranno servire per una propria scelta di crescita.

Il prof. Hudolin sosteneva, infatti, che, proprio perché solo le famiglie devono essere protagoniste, il club, che è una comunità multifamiliare, non deve essere diretto da un operatore e tanto meno da un terapeuta, ma il servitore-insegnante deve garantire il metodo affinché sia possibile solamente l'autodeterminazione delle singole famiglie.

Sempre per agevolare quest'autodeterminazione, il servitore-insegnante ha anche il compito di insegnare la metodologia nelle tre scuole alcoliche territoriali suggerite dallo stesso prof. Hudolin.

La forza di volontà dell'alcolista, o meglio della famiglia assume importanza, nel club, solamente in funzione di quanto si è incoraggiati ad auto determinare in modo creativo le scelte di comportamento sulla propria realtà.

## Capitolo 12     **Diverse forme di aiuto**

Premesso che, come sosteneva il filosofo russo Kropoktin, fin dalla preistoria, l'umanità ha fatto della solidarietà la forza motrice della propria evoluzione, mi sembra sia importante riflettere e valutare i vari tipi e le varie modalità di aiuto che vengono offerti alle persone nei diversi gruppi.

Tralascio volutamente l'aiuto che si identifica attraverso la fornitura di beni materiali, anche se, oggi purtroppo, è causata da una colossale ingiustizia, per la ricchezza che viene gestita da poche persone a danno della maggior parte degli uomini del sistema terra.

Voglio cioè parlare dell'aiuto, che può essere dato ad una persona sul piano psichico, affinché possa rapportarsi in modo positivo al sistema di cui è parte integrante.

Il prof. Hudolin affermava che nel Club si lavora per l'anima umana che dovrebbe essere in grado di responsabilizzare la propria esistenza senza creare disagi al sistema umano.

Comunque, sono convinto che ogni uomo, a suo modo e misura, è responsabile del proprio destino e quindi, se parlo di aiuto, devo certamente essere cosciente che il vero aiuto è rappresentato dalla trasformazione della persona che non può essere fatta da "altre persone", né può essere tecnicamente programmata..

In particolare se parlo dell'aiuto ad una persona sofferente, non devo intendere che si deve sollevarla dalla sofferenza, ma devo solo intendere che devo fare in modo che essa stessa riesca a sollevarsi.

Ogni persona cioè deve partire dalla convinzione che è necessario sviluppare il cambiamento di se stessa attraverso una propria scelta che deve ricercare interiormente, senza aspettare che siano altre persone che portano la ricetta magica per risolvere il problema.

Tutto questo, ben sapendo che in ogni uomo, anche nel più sofferente ed alienato c'è un potenziale di umanità inespugnata, che non viene mai meno.

Tale aiuto può quindi essere richiesto e prestato consapevolmente o inconsapevolmente; fatto da professionisti o da volontari.

### **12.1    L'aiuto professionale**

La consapevolezza, che porta conseguentemente all'intenzionalità dell'aiuto, è un motivo di riflessione cui vorrei porre attenzione, perché mi sembra sia uno degli elementi principali che differenzia i gruppi di auto aiuto rispetto ai professionisti quali counseling o psicologi.

Infatti, il lavoro in un gruppo gestito da operatori professionisti o terapeuti comporta un differente modo di agire nell'aiuto, modo, i cui limiti, lo stesso prof. Hudolin aveva individuato quando formulò la proposta del Servitore-insegnante.

La presenza di un operatore cioè, potrebbe indurre a sottovalutare la capacità di autodeterminazione delle persone e facilmente l'operatore ed il gruppo stesso sarebbero spinti maggiormente a dare quali risposte dei suggerimenti, dei consigli e talvolta degli insegnamenti perché guidati dalla sola preoccupazione di rendere concreto il proprio aiuto, ignorando quasi che, per la persona aiutata, tali consigli diventano molto spesso delle parole vuote.

Talvolta a mio avviso, nei gruppi, dove è presente un operatore che ha il compito di stimolare la riabilitazione delle persone, potrebbe essere usato l'ascolto empatico come tecnica principale, ma non per un autostimolo della singola persona, bensì per raggiungere in ogni caso quel risultato al quale si vorrebbe aspirare.

Con l'operatore professionista, la risposta all'aiuto spesso potrebbe addirittura continuare in una programmazione, anche direttiva, dei passi da percorrere per il cambiamento e di una pianificazione costante delle relative scadenze ed in questi casi, l'aiuto potrebbe diventare un processo particolarmente a rischio, perché si potrebbe venire a creare facilmente una dipendenza della persona dalla stessa fonte d'aiuto.

## **12.2 L'aiuto volontario**

In molti gruppi di auto mutuo aiuto si è andata affermando nel tempo la figura di un coordinatore volontario, che normalmente è la persona che più ha esperienza del gruppo.

Ogni gruppo in tali casi sa auto gestirsi sia per quanto riguarda le forme di aiuto che per quanto riguarda i rapporti interni al gruppo, ma indipendentemente dall'argomento che viene trattato il lavoro principale consiste nel sostenersi reciprocamente nella sofferenza e nell'aiutarsi a superare difficoltà anche esistenziali.

Anche nel Club degli alcolisti in trattamento esiste la figura di un coordinatore volontario che il prof. Hudolin propose di chiamare "servitore insegnante" perché a servizio delle famiglie e docente della metodologia verso le stesse.

Il Servitore-insegnante secondo il prof. Hudolin dovrebbe, però, superare nel Club ogni concetto di aiuto o di volontariato, perché tali termini ammettono nel Club un rapporto asimmetrico, perché presuppongono chi è più fortunato socialmente e chi lo è meno, mentre la solidarietà sociale e la corresponsabilità comportano un rapporto tra pari.

Resta comunque importante quanto la stessa Organizzazione Mondiale della Sanità indica circa la figura del servitore-insegnante: quella di operatore della salute nella comunità locale.

## **12.3 L'aiuto mirato**

Anche nel gruppo degli Alcolisti Anonimi, pur non esistendo la figura dell'operatore, è respirata una forte aria di empatia e di interazione umana, che porta a comprendere la sofferenza dell'alcolista.

Infatti, nelle riunioni si cerca di non giudicare, di non etichettare o di fare la morale l' un l' altro, ma si sviluppa un processo di identificazione, di speranza e di condivisione.

In pratica è creata una buona atmosfera per il ricupero che è garantito dalle Dodici Tradizioni e che ha come scopo la condivisione di un programma del "solo per oggi" che si cerca di seguire al meglio delle proprie capacità.

Ne deriva una risposta precisa all'empatia vissuta che è indirizzata verso un predeterminato modo di cambiamento con degli spunti che sono formulati attraverso i dodici passi e che, anche se

certamente vengono discussi e liberamente scelti, di fatto, rappresentano, a mio parere, una certa direttiva nell'aiuto.

Mi sembra, cioè, che forse tale impostazione valuta poco come ogni persona abbia bisogno di sentirsi rispettata e considerata, perché difficilmente gradisce di essere influenzata o di dipendere da altri.

## **12.4 La comprensione**

Anche nel Club un primo aiuto consiste, nell'accogliere le difficoltà che ha una persona, non certo dicendole cosa deve fare, quanto piuttosto aiutandola ad essere protagonista, facendo in modo che essa comprenda la situazione e faccia sulla stessa una sua scelta responsabile.

Tale scelta, protraendosi nel tempo, non può che essere sempre più creativa perché ormai sappiamo che ogni situazione è sempre nuova e non può essere ripetitiva.

La stessa storia del proprio vissuto che è spesso raccontata al club, ad esempio, cambia ogni volta perché cambiano i sentimenti con i quali la persona la racconta, e non è la storia che rappresenta il soggetto dell'aiuto, ma è il sentimento che si era provato e soprattutto il diverso sentimento che si sta provando ogni volta che si racconta.

Ecco perché nel Club assume un ruolo indispensabile la figura del servitore-insegnante, che interviene assumendo questo ruolo di sua volontà.

Egli deve cercare di catalizzare i sentimenti dei presenti affinché nel club le persone e le famiglie sappiano ascoltarsi tra loro e possano ricercare per i propri problemi delle soluzioni positive e tutto questo senza incidere sulla loro libertà di scelta.

Saper ascoltare significa, infatti, esprimere la propria responsabile presenza all'altro, fargli posto nella propria interiorità, essere qualcuno per lui, ma farlo sentire qualcuno per qualcuno, prendere sentitamente parte ai suoi problemi ed alla sua esperienza, impegnarsi a comprenderlo, offrirgli uno spazio ed un tempo congruo con le sue capacità espressive.

Nel club cioè è basilare che venga posto in essere un forte ascolto empatico non solo tra servitore-insegnante e membri del club ma soprattutto che tale ascolto sia messo in atto fra tutti i suoi membri per rendere tutte le persone capaci di rapportarsi con le esperienze degli altri e per facilitare così il buon andamento dei processi interiori tra le stesse.

E' necessario che nel club sia costruito un clima attraverso il quale ci si mette al posto dell'"altro" per vedere il mondo come lo vede lui, e per comprendere i suoi sentimenti, evitando di volerne dare un giudizio, ma permettendo a tutti di cogliere tali sentimenti e poterli considerare come una ricchezza che può essere assimilata nel proprio interiore.

## **12.5 Libere scelte responsabili**

Talvolta, alle emozioni ed ai sentimenti comunicati al gruppo dalle persone si aspettano dagli altri, risposte o suggerimenti, ma nel Club, anche se, per la stessa nostra cultura dell'"Io", si fa molta fatica ad evitarlo, si cerca di non dare consigli, perché la risposta dovrebbe essere il vero

ascolto empatico che provoca in tutti i presenti una specie di auto impulso per promuovere il rinnovamento del proprio “Sé”.

Questa atmosfera empatica che caratterizza il Club degli alcolisti in trattamento porta quindi ad attuare una forma particolare di aiuto che investe non tanto l'alcolista, ma soprattutto la sua famiglia perché nella vita di Club si riesce a costruire ed a conquistare, incontro dopo incontro, una fiducia sempre maggiore da parte delle altre famiglie e quindi una vera amicizia.

Hudolin diceva spesso come ogni uomo può riconoscere meglio se stesso se riesce ad osservare il proprio volto rispecchiato nelle pupille dell'altro, e mi sembra che, l'amicizia che si crea al Club permette più facilmente ad ognuno, di guardarsi dentro in un modo migliore, e quindi a fare delle scelte positive sul proprio comportamento.

Sono scelte sempre nuove che valgono non solo per il loro contenuto, ma soprattutto perché fanno instaurare nella persona un continuo processo dinamico che rappresenta il vero cambiamento di vita.

## **12.6 La riabilitazione**

A questo punto però devo ricordare che il principale aiuto che viene dal Club ad un alcolista è la fiducia in se stesso.

Frequentando il Club l'alcolista sente di ricevere gradualmente una propria dignità umana.

Egli cioè non si sente più alienato o emarginato dalla società, ma inizia a sentirsi persona uguale alle altre persone della propria famiglia.

La stessa famiglia che, prima si rinchiodava tra le mura della propria casa sofferente e vergognosa dei giudizi della comunità, gradualmente comprende che attraverso il Club può ritornare ad integrarsi nella stessa comunità ed assumere con il proprio comportamento convinto un ruolo sempre più da protagonista.

Infatti, il Club rappresenta solamente un mezzo, con il quale la famiglia può cambiare stile di vita, e mai potrà essere un fine, e quindi questo continuo processo dinamico, con estrema facilità potrà essere allargato all'ambiente dove la stessa famiglia vive ed i suoi componenti, si relazionano, agiscono e lavorano.

Ed è sempre, grazie a quest'amicizia che viene a crearsi fra le famiglie della comunità del club, che la metodologia del prof. Hudolin, assume un'enorme importanza sul piano ecologico.

Infatti, ogni famiglia che cresce e matura per cambiare i propri comportamenti e quindi poter riprendere un ruolo attivo e non emarginato nella comunità locale, costituisce un punto importante per la promozione della salute sul territorio.

E questo conferma, il concetto ecologico del Club, che ha lo scopo principale non solo di sollevare dalle sofferenze dei problemi alcolcorrelati le famiglie, ma soprattutto di promuovere stimoli attraverso nuovi comportamenti e stili di vita per un sano equilibrio sociale.

Un Club quindi che facendo il trattamento in modo empatico sull'astinenza e facendo crescere e maturare tutti i suoi componenti dovrebbe continuamente integrarsi nella comunità locale per rendere tale sistema più vivibile.

Un Club che sa integrarsi nella comunità locale, proprio perché costituito da una comunità multifamiliare nella quale le famiglie, nel processo dinamico in cui sono impegnate, non si fermano all'interno del Club, ma sanno portare nell'ambiente di vita un nuovo rapporto grazie al diverso comportamento che stanno maturando.

E' un comportamento che aiuta a migliorare la vita della stessa comunità locale creando una maggiore amicizia ed una maggiore libertà, valori entrambi indispensabili per avere la pace.

## Capitolo 13 Quale cambiamento?

I disturbi alcolcorrelati rappresentano certamente un grave problema per la società, ma sono solamente una parte di quella complicata macchina quale è l'uomo, che può essere compreso soltanto in chiave multidimensionale.

Ed è proprio per questa complessità dell'uomo che, mi sembra importante, prima di parlare di cambiamento dello stile di vita, definire in che dimensione ed in che modo possiamo concepirlo.

Infatti, smettere di bere è una cosa relativamente facile, la difficoltà consiste nel mantenere questa scelta nel tempo, proprio perché il bere è un comportamento.

### 13.1 L'emotività

Il cambio del proprio comportamento non può avvenire soltanto per scelta razionale, ma avviene soprattutto perché ci si appassiona ad una nuova idea, perché siamo cioè presi dal fascino di un nuovo schema mentale per il quale ci si comporta in un diverso modo.

Il prof. Hudolin, parlando della pace, sosteneva che oltre che nel pensiero la pace si porta nel cuore e nell'animo; se si vuole raggiungerla, proteggerla, difenderla, bisogna cambiare non solamente il cervello, ma prima di tutto il cuore e l'animo.

E' ormai noto che l'azione dell'alcol tende ad escludere il cervello e ad impoverire il cuore e l'animo ed è in quest'ottica che nel club si cerca di promuovere un cambiamento sviluppando sempre più i sentimenti e lasciando poco spazio ai problemi.

Nel Club si cerca cioè di promuovere il cambiamento attraverso scelte emotive, ben sapendo però che la loro fragilità può lasciare le cose come stanno, se non vengono continuamente seguite e verificate razionalmente.

### 13.2 La razionalità

I soli schemi mentali con i quali operiamo quotidianamente sono, infatti, difficilissimi da cambiare perché ci appaiono sempre naturali, normali e familiari.

Studi sempre più profondi che vengono fatti sull'attività cerebrale, affermano, però che i processi cerebrali, anche se sono programmati geneticamente, dipendono contemporaneamente dalle esperienze che si compiono.

Le esperienze, infatti, che nel Club vengono raccontate, hanno il compito di esercitare un'influenza importante sull'attività della mente sia di chi racconta, sia di chi sa ascoltare in modo empatico.

Il neurobiologo infantile Siegel in un suo libro (*La mente relazionale* - 2002 - Cortina - Milano) sostiene in particolare che le relazioni interpersonali svolgono un ruolo essenziale nel determinare lo sviluppo delle strutture cerebrali nelle prime fasi della nostra vita e

quindi ogni esperienza fornisce le informazioni necessarie per lo sviluppo dei processi mentali stimolando una differenziazione delle strutture del cervello.

### **13.3 Il fascino**

Per ottenere un cambiamento è necessario quindi muoversi verso una nuova direzione, cioè verso schemi che ci facciano apparire con gioia la nostra vita di esseri umani.

Indirizzarsi cioè, verso quei valori quali la solidarietà, l'amicizia, l'amore, che sono i capisaldi per una serena convivenza e che portano a lottare per i diritti umani e la giustizia sociale, cioè portano alla vera pace.

Specificatamente per la comunità multi familiare il cambiamento significa soprattutto cambiare la propria qualità della vita, nel massimo rispetto della propria individualità, ma inserendosi nel sistema umano nel quale viviamo con uno sforzo che deve riguardare tutti i vari aspetti sociali.

Infatti, nella metodologia di Hudolin il centro del trattamento è il sistema famiglia, non solo perché, l'alcolista attraverso i suoi comportamenti è in continua relazione con il proprio sistema che è la famiglia, ma perché è nel proprio ambiente di vita che si deve in primo luogo ricercare la gioia di vivere.

L'obiettivo del Club quindi non è soltanto quello di rendere astinenti ma è soprattutto quello di promuovere un cambiamento dei propri modi di agire perché motivati dalla scoperta di quei valori quali la libertà, la gioia, la serenità e l'amicizia che porteranno a quella sobrietà che rappresenta sempre un passo molto importante per vivere bene nella propria spiritualità ed arrivare alla cognizione di una propria trascendenza.

### **13.4 La gradualità**

Non si può pretendere da nessuno un cambiamento istantaneo o in tempi brevi, ma, la volontà di non bere, verificata e sorretta sempre dall'amicizia del Club porterà in modo progressivo all'astinenza, ma soprattutto alla fiducia ed all'autostima.

Ricevere il diploma annuale di astinenza ha poi il significato ben preciso di un traguardo raggiunto per questo il fascino è stimolato ulteriormente a superare la stessa astinenza per continuare a vivere in un modo migliore.

Una vita più tranquilla, con l'amore intorno, ma soprattutto con la coscienza di esserne protagonista è l'inizio di un cammino di sobrietà che porterà sempre di più a crescere nella gioia di vivere quella vita che proprio per questo c'è stata data.

Nel Club il cambiamento avviene quindi nella massima libertà di decisione prima e di ricerca poi, attraverso la costruzione nella propria autonomia di un nuovo tipo di comunicazione, con l'esplicazione dei propri sentimenti e ponendo come traguardo da raggiungere un nuovo stile di vita che non deve essere uguale ma unico per ogni persona e per ogni famiglia.

### **13.5 IL “recupero” degli Alcolisti Anonimi**

Anche per gli Alcolisti Anonimi il percorso per essere astinenti avviene con gradualità, ma non si parla di cambiamento bensì di recupero dell'alcolista.

Essi partono dalla profondità del disagio per passare attraverso la paura ed il pentimento ad una prima riparazione e proseguono con una lenta crescita mediante la verifica continua dell'“iter terapeutico” supportato sempre dalla “Fratellanza” con l'obiettivo di giungere ad applicare nella propria vita quanto è scritto nei dodici passi.

Poiché nei loro incontri essi lavorano molto sulle varie problematiche che l'alcolista incontra nel suo percorso di astinenza, è facile controllare il suo carattere con gradualità per rispondere in modo sempre più deciso alla malattia “alcolismo”.

Certamente i risultati portano ad un notevole miglioramento della persona e si riescono ad avere dei riflessi positivi sul comportamento dell'alcolista, ma con la proposta dei “dodici passi” in pratica si tenta di costruire una persona con determinate e specifiche caratteristiche che, anche se molto affascinanti, possono, a mio avviso, rappresentare un impedimento all'esplicazione della libertà personale.

L'alcolista viene dapprima responsabilizzato sul piano morale, ma poi, chiedendo ammenda (4° e 5° passo) viene, in certo qual modo, giustificato perché il suo bere è considerato malattia e soprattutto perché egli, come uomo, deve mettersi nelle mani di un “Essere Superiore”.

Quindi la sua “umiltà di uomo” (ecco il vero significato profondo della parola anonimo) attraverso la preghiera e l'aiuto della Fratellanza, i cui pareri vengono intesi come la volontà di tale “Essere Superiore”, lo porterà a quel risveglio spirituale grazie al quale sarà spinto a portare il messaggio di salvezza ad altri alcolisti.

La verifica continua dei “Dodici Passi” che costituiranno la direttiva della sua vita lo porteranno, comunque, ad una certa riabilitazione agli occhi della comunità, ma soprattutto gli permetteranno di vivere con estrema sincerità qualsiasi avvenimento proprio perché egli saprà estendere in tutti i campi i valori morali assimilati.

### **13.6 Un breve raffronto**

Mi sembra utile, a questo punto, fare un raffronto ed una riflessione sulle varie forme di crescita che vengono proposte.

Per i gruppi d'auto mutuo aiuto in genere mi sembra che l'obiettivo sia di raggiungere, attraverso il reciproco conforto, la fiducia nella vita e quindi la gioia di vivere.

Per i gruppi degli Alcolisti Anonimi, la meta è quella di raggiungere l'astinenza attraverso un risveglio spirituale che permetta di portare ad altri alcolisti il messaggio di salvezza.

Per i Club degli alcolisti infine, lo scopo cui si vuole arrivare è quello di far crescere al fine di far maturare un cambiamento del proprio stile di vita per sentirsi coscientemente corresponsabili di una solidarietà antropologica e sociale, nella quale, ognuno proprio perché è il primo

responsabile della propria salute, è anche corresponsabile della salute generale dell'intero sistema umano.

## **Capitolo 14. L'azione del gruppo**

Ogni gruppo di più persone rappresenta sempre, per chi è in difficoltà, un porto di ancoraggio nel quale porre le proprie speranze per superare le avversità del momento e nel caso particolare per stare lontani dall'uso di alcol.

Sotto tale aspetto, quindi, possiamo definire sia il gruppo di Alcolisti Anonimi che il Club come gruppi informali di aiuto.

In entrambi i casi, infatti, si cerca di aiutare la persona sofferente perché essa stessa comprenda la propria situazione e gestisca il proprio problema assumendosi la piena responsabilità delle proprie scelte.

### **14.1 L'accoglienza**

Nel gruppo Alcolisti Anonimi la persona è accolta da persone che hanno il suo stesso problema e sono già incamminate verso una completa guarigione, anche se questa, di fatto, sarà irraggiungibile perché l'alcolismo è per loro una malattia incurabile.

Nel Club invece la persona è accolta non da sola ma con la propria famiglia ed è accolta da altre famiglie, perché il disagio provocato dall'alcol non è nocivo solo per la singola persona, ma per tutta la famiglia perché l'alcol può sì provocare dei danni fisici al bevitore, ma congiuntamente provoca anche dei problemi alcol correlati che investono il suo ambiente di vita ed in primo luogo la sua stessa famiglia.

Parlando della multidimensionalità della sofferenza al congresso di Assisi nel 1996 il prof. Hudolin affermava che:

“Nessuno viene al Club per il suo bere, ma per il suo comportamento e la complessità della sofferenza che accompagna questo bere.”

La profondità di quest'affermazione, mi pone l'obbligo di soffermarmi ad effettuare alcune riflessioni sul ruolo che un club dovrebbe avere nei confronti dell'alcol.

Innanzitutto nel club è tutta la famiglia che cercherà, dopo aver riflettuto sulla propria situazione, di assumersi la responsabilità di operare delle scelte circa i propri comportamenti rispetto al bere.

Le sofferenze dell'alcolista e della sua famiglia comportano sempre un isolamento dalla comunità, e provocano assieme alla mancanza dei contatti interpersonali anche una forte mancanza sia di energia interiore sia di umanità e quindi il club, comunità multi familiare, è una piccola parte della comunità locale e costituisce una ripresa graduale dall'isolamento subito.

### **14.2 La fiducia**

Sotto tale aspetto mi sembra ovvio che, sia gli Alcolisti Anonimi, sia il Club, rappresentano un gruppo di aiuto e di sostegno in un momento di traversia e di difficoltà, dando corpo al sistema

informale di aiuto attraverso una rete di solidarietà di base, che rappresenta la vera difesa naturale del sistema umano.

Se esaminiamo poi, l'aspetto estremo del problema alcolcorrelato, vediamo che nel corso di un disagio, la persona può perdere spesso anche la naturale necessità di difendere la propria esistenza e quella della propria famiglia e comunità e quindi tende a perdere la coscienza di una propria ripresa responsabile che può invece essere incoraggiata dall'apporto di un gruppo di persone.

L'azione del gruppo dovrebbe quindi permettere ad ogni persona di muoversi in percorsi più o meno impegnativi di auto modificazione, perché la comunicazione reciproca contribuisce sempre ad aumentare quelle motivazioni e quelle potenzialità che altrimenti rimarrebbero nascoste nel singolo con scarse possibilità di successo.

Con tali affermazioni non voglio però indicare il Club come strumento di terapia psicologica per analizzare le difficoltà emozionali dei suoi membri, che sono proprie della terapia familiare, ma semplicemente dimostrare che la quotidianità della vita stessa del Club costituita dal linguaggio dei sentimenti contribuisce da sola a migliorare il benessere di ognuno.

Mi sembra, cioè importante che nel Club sia presente, oltre ad un crescente clima di empatia, anche uno stimolo continuo verso una positività sia nei confronti di ogni membro del Club che nei confronti delle famiglie e della comunità locale.

E', infatti, indispensabile che l'alcolista sia accettato nel Club come persona uguale alle altre persone della famiglia e della comunità e quindi che sia ripristinata per intero la sua dignità umana evitando nel modo più assoluto di dare alla parola "alcolista" un senso scorretto.

E' infine opportuno che nel Club e nella famiglia non siano assunti atteggiamenti moralistici sul comportamento del bere, ma sia imperante una solidarietà sulla decisione presa di ricercare tutti insieme l'astinenza e soprattutto una serenità interiore.

Ogni attività umana, infatti, per realizzarsi, deve basarsi sull'auto stima, ossia sulla convinzione della propria abilità e quando si è poco convinti della propria effettiva capacità di autocontrollo è sempre meno probabile che si resista a lungo nella propria scelta, e diventa molto importante, l'incoraggiamento del gruppo ad avere fiducia in se stesso.

Perciò un ruolo importante assume il gruppo anche perché contribuisce ad influire sulla persuasione dell'auto efficacia e ad allontanare le crisi depressive sulle proprie capacità.

Nel Club in particolare la famiglia si rende conto che nulla e nessuno è autonomo: né uomini né famiglie per la precisa legge dell'interdipendenza dell'uno dal tutto ed acquista sempre più fiducia nelle proprie risorse, che con gradualità riesce a scoprire di possedere.

### **14.3 La comunità locale**

Infine, il Club dovrebbe svolgere un'efficace presenza nella comunità locale, il che non significa per niente fare le crociate di sensibilizzazione contro l'uso dell'alcol, ma semplicemente far percepire alla stessa l'importanza di assumere delle responsabilità personali circa tale uso, dimostrando anche che, solamente la pratica dell'amicizia, della solidarietà e della pace operata nel Club, possono migliorare la qualità della vita.

Addirittura il prof. Hudolin riteneva che il club fosse parte integrante della comunità locale, anzi egli sosteneva che la comunità multifamiliare doveva diventare un soggetto attivo del processo di protezione ecologica della società ed al Congresso di Salerno nel 1995 affermò che:

“I Club degli alcolisti in trattamento, comunità autonome multifamiliari, sono il perno del sistema ecologico sociale.”

Egli dimostrava in altre parole, non soltanto di vedere la famiglia non portatrice di disturbi nella società, ma, come sistema aperto al resto della comunità, molto dotata di risorse proprie e quindi, proprio per questo, capace di uno scambio positivo.

Il cambiamento dello stile di vita, come crescita e maturazione, esige quindi uno sforzo totale anche sulla cultura sanitaria che la famiglia non può limitare all'interno del Club ed alla sola astinenza ma dovrebbe necessariamente raggiungere nella comunità locale in nome di quella spiritualità antropologica, nella quale “tutti dobbiamo sentirci responsabili di tutti”.

## **Capitolo 15 La relazione con l'altro**

Modificare il modo di rapportarsi con gli altri porta sempre ad un cambiamento delle relazioni in primo luogo in famiglia e poi nel proprio ambiente sociale, sul lavoro e nel tempo libero.

Il prof. Hudolin riteneva, infatti, che l'“alcolismo” fosse il frutto di un errato comportamento di un elemento nel sistema famiglia, e suggeriva quindi di risolvere il problema lavorando su tale sistema piuttosto che sulla singola persona perché tutto il sistema famiglia soffre il disagio dei problemi alcol correlati.

In tal modo il prof. Hudolin, pur partendo dal disagio reale della singola persona, dimostra di aver saputo cogliere come “la teoria dei sistemi”, rappresenti concretamente una nuova concezione filosofica della vita umana, dove ogni uomo è interdipendente, anche se la tradizione culturale ci spinge continuamente a considerare noi stessi come un tutto assoluto ed a ritenerci il centro del mondo.

### **15.1 Sfruttare una ricchezza**

Primo lavoro da fare per la famiglia è quindi quello di ricercare quell'equilibrio che l'alcol aveva distrutto ed iniziare a gustare quell'armonia che è sì, il principale antidoto alla ricaduta, ma che è anche la condizione indispensabile per cambiare lo stile di vita.

Di conseguenza, pur non sottovalutando il valore della persona, che rimane la protagonista diretta di una propria motivazione e di una propria scelta, il lavoro del Club propone l'approccio familiare e quindi la comunità multifamiliare mettendo al centro la relazione.

Ecco perché la frequenza al club di un singolo membro senza la propria famiglia può portare al massimo ad un'astinenza vissuta come privazione e sacrificio, ma mai allo svilupparsi di una vita nella serenità e nella pace.

Il club è uno strumento, ma non dovrebbe mai essere un fine, proprio perché è un germe per promuovere il cambiamento delle relazioni nella famiglia e di conseguenza una rigenerazione della stessa comunità locale.

A tale proposito mi piace ricordare come anche Marx ed Engels indicassero come il vero patrimonio spirituale della persona dipendeva dalla positività delle sue relazioni ed, infatti, nel fondo di tutte le ricerche intorno all'uomo troviamo sempre un anelito al miglioramento della relazione.

### **15.2 Agire la solidarietà**

Tutte le persone in famiglia ed al club sono autonome ed egualmente responsabili, però non dovrebbe esserci alcuno spazio per un aiuto esclusivamente unilaterale né reciproco, ma soltanto per la solidarietà che ha il preciso significato di condividere una scelta riguardante la sobrietà, sulla quale a nessuno sono posti obblighi.

Una solidarietà agita e non nominale quindi, dove la condivisione e la comprensione con empatia portano attraverso la corresponsabilità ad un'impegnativa emulazione solidale.

È importante osservare, parlando della relazione, come il cambiamento del comportamento del bere attraverso questo processo di continuità relazionale, fornisca un notevole contributo anche al cambiamento della cultura sanitaria, sociale e generale che tende sempre a creare distinzioni che sono lesive del processo di crescita sia della persona sia della stessa comunità locale.

Non esistono, infatti, all'interno della famiglia o della società bevitori eccessivi o bevitori moderati come categorie distinguibili e identificabili, perché tutti appartengono al comportamento del bere, al quale si debbono riferire tutte le cause dei problemi alcol correlati.

Solo da questa base può quindi partire nel Club una relazione positiva, perché l'atteggiamento di ogni membro del club circa il bere è solidale con quello dell'alcolista.

Mi sembra molto indicativo quanto scrive Franco Marcomini

Una semplice domanda pone tutti sullo stesso piano:

“qual è la tua decisione rispetto al tuo bere ?”

Ne risulta un ambiente relazionale e comunicativo caratterizzato da tre condizioni:

- il dovere di non bere: l'alcolista
- sarebbe meglio che non si bevesse: la famiglia
- si deve scegliere relativamente al bere: il servitore-insegnante
- 

Marcomini F. 2000. “capitolo dodicesimo” *Vladimir Hudolin*, Trento, Erikson

In pratica nel club viene a costruirsi una relazione tra le famiglie e le persone che possiamo ben chiamare solidarietà fraterna.

### **15.3 Vivere la fratellanza**

Nel gruppo degli Alcolisti Anonimi viene a crearsi una relazione positiva che è la base di partenza della “fratellanza” che per loro rappresenta la volontà divina di un Potere Superiore chiunque esso sia.

Nel Club, la solidarietà fraterna viene intesa come momento trascendente di ogni suo membro, momento però, che, rappresenta una spiritualità che non ha nulla a che vedere con il divino, essendo semplicemente una spiritualità antropologica, perché specifica di noi uomini.

Infatti, la “fratellanza” degli Alcolisti Anonimi seguendo la logica dell’“alcolismo malattia” rappresenta il ricorso ad un “essere superiore” che possa vigilare sulla dipendenza, mentre la fratellanza che viene praticata nel Club, che segue la logica del sistema aperto “umanità”, è costruita settimanalmente nella continua relazione che avviene all'interno del Club tra le famiglie dello stesso.

## Capitolo 16. La comunicazione

Nessun uomo è sufficiente a se stesso; ognuno di noi, infatti, non nasce da solo, ma da una madre e da un padre, non solo ma la sua crescita deve essere assistita da altri, quindi siamo tutti interdipendenti gli uni gli altri ed è importante come viene vissuta questa interdipendenza.

Di conseguenza, mi sembra che la comunicazione con gli altri sia il nodo principale da cui dipende il nostro stare bene, perché è necessario gestire con la maggior responsabilità possibile quelle che sono le caratteristiche della nostra unicità in rapporto alle unicità di altre persone che ci circondano nella nostra realtà ambientale.

### 16.1 Il sistema aperto

Per capire il valore della metodologia del Prof. Hudolin e quanto sia destinata a rappresentare una pietra basilare per una nuova applicazione della scienza alla dimensione dell'uomo, ho ritenuto importante leggere il libro di Fritjof Capra: "*La rete della vita*" che, partendo dalla teoria dei sistemi, sviluppa la nuova visione che la scienza ci dà della natura, visione, che è definita "olistica" o di "ecologia profonda".

Capra F. 2001. *La rete della vita*, Milano, Rizzoli

Tra l'altro si è scoperto che la forma vivente, vale a dire la vita, è affidata a se stessa ed è concentrata totalmente sulla propria energia anche se è dipendente per la sua realizzazione da condizioni esterne delle quali non è padrona.

Ogni organismo vivente ha in pratica l'esigenza di "captare" cioè di collegarsi con il mondo esterno, quindi, questa sua interiorità fa scaturire un comportamento, che partecipa alla reciproca comunicazione.

Capra sostiene nel suo libro che come conseguenza del pensiero sistemico

"..... il mondo non è rappresentato da delle parti fini a se stesse, ma da una rete di relazioni che si inseriscono in un'altra rete di relazioni superiore con la conseguenza che ogni parte diventa secondaria."

La teoria dei sistemi ha contribuito cioè ad avviare un cambiamento di rotta al nostro pensiero umano facendo superare le convinzioni cartesiane della cultura occidentale con un nuovo concetto che fa ridimensionare la nostra visione degli oggetti a beneficio di quella delle relazioni.

L'uomo è tipicamente un sistema aperto e quindi rappresenta più che mai una realtà relazionale, anche se ciò è di difficile comprensione perché tutti siamo abituati con la nostra mente a crearci un nostro io separato ed indipendente credendo che esso appartenga ad una realtà oggettiva.

Si è dunque affacciata agli occhi dell'uomo una nuova visione del mondo dove tutto risulta collegato in una fitta rete di connessione tra i sistemi ed ogni uomo è in relazione con gli altri uomini proprio perché è interdipendente.

Il valore della proposta del prof. Hudolin sta proprio nell'aver recepito da tali scoperte della scienza che anche "l'elemento uomo" non è chiuso in se stesso ma in continua comunicazione con gli altri "elementi uomini" del sistema in cui vive: la famiglia, il Club, la comunità locale, la società, l'umanità.

Tra gli elementi di un sistema (famiglia), non c'è qualcuno che ha un problema e qualcun altro che fa da accompagnatore, ma il problema è di tutti e quindi il percorso diventa necessario per tutti.

"Il confronto con l'altro, anche nelle dimensioni minuscole di una diversità all'interno del familiare, è importante, perché intendersi con l'altro significa lasciar venire alla luce ciò che dentro ambedue c'è di comune."

Balducci E. 1996 *L'altro, un orizzonte profetico*, Firenze, ECP

## 16.2 La comunicazione nel sistema aperto famiglia

L'approccio multifamiliare è indirizzato esplicitamente al sistema famiglia ed a tale proposito mi sembra interessante ricordare quanto, questo sistema, sia rappresentativo di tutti i sistemi aperti che esistono in natura.

Nella teoria dei sistemi Von Bertalanffy sosteneva che:

"i suoi principi non sono limitati ai sistemi materiali, ma possono essere applicati a qualsiasi tutto costituito da componenti interagenti....

Un caso di particolare importanza per gli organismi viventi è quello dei sistemi aperti, sistemi cioè in continuo scambio di materia con l'ambiente."

Corlito G. 2001. *Conversazioni ad Assisi*, Siena, Pinzati.

Tale dichiarazione, che voleva porre in risalto la mancanza d'autonomia di un elemento rispetto alla necessità di interscambio continuo, aveva originato un pullulare di ricerche con esiti sempre più positivi in tutti i campi della scienza e mi sembra che anche il prof. Hudolin abbia saputo puntualmente coglierne l'importanza applicandola alla sua proposta di crescita.

Tutte le ricerche di Hudolin sono partite, infatti, dal presupposto che la persona, pur nella sua identità ed unicità fa parte della comunità ed è anche con lei che devono essere considerate le relazioni sia pure mediante i limiti più ristretti della famiglia.

Molto spesso la persona, che non riesce a controllare il proprio bere, provoca un cambiamento di ruoli nella famiglia e quasi sempre si cerca di colpevolizzare l'alcolista provocando sempre più un suo isolamento dalla famiglia.

Viene ignorato, in altri termini, che la prima barriera protettiva per uno sbagliato comportamento del bere è proprio la famiglia stessa.

Spesso, infatti, mogli e mariti di bevitori diventano dei custodi protettivi, come dei papà e delle mamme di bambini ribelli ed ostinati e tale comportamento è molto difficile da eliminare.

### 16.3 La comunicazione nel sistema aperto club

E' quindi anche a tale proposito che il prof. Hudolin ha proposto una sua metodologia che, supportata da basi rigidamente scientifiche, proprio perché garantiscono una sua semplicità e riproducibilità, non propone un percorso ma lascia alle persone ed alle famiglie la piena libertà di affrontare l'avventura di ricercare un nuovo stile di vita.

In merito al trattamento familiare il prof. Hudolin nel suo " *Manuale di alcolologia* " - 1991, Erickson, Trento, racconta:

"Nel 1964, nel centro di Zagabria, l'alcolismo era considerato una malattia che colpisce tutta la famiglia.

In quel periodo è stato anche introdotto il concetto di familiare "umido" e familiare "secco", riferendosi con questi termini ai familiari che bevono e a quelli che non bevono, ma che partecipano congiuntamente alle interazioni familiari.

Più tardi ci si è soffermati anche sull'analisi dello stile di vita della famiglia dell'alcolista.

In questa logica è diventata necessaria la partecipazione di tutti i membri della famiglia nel trattamento e nella riabilitazione degli alcolisti e anche di quelle persone che hanno un significato particolare nella vita del singolo alcolista e della sua famiglia.

Col tempo, il trattamento familiare è stato interpretato e supportato in vario modo.

All'inizio si è prestata particolare attenzione al ruolo dei membri della famiglia ed al cambiamento di questi ruoli alla presenza di un caso di alcolismo.

In seguito l'interesse si è spostato sulle comunicazioni fra i membri della famiglia, ed infine sulle loro reciproche interazioni."

La comunicazione al club dei propri sentimenti e delle proprie emozioni, rappresenta quindi una forte scuola di accoglienza e di solidarietà che unisce i vari elementi della stessa famiglia.

E questo certamente anche se valori come l'etica, l'emozione, l'amicizia, la spiritualità, la sofferenza non possono essere misurati dalla scienza ma sono parte integrante della stessa natura umana.

Ecco perché all'interno del Club, come comunità multifamiliare ciascuno si esprime partendo dalla propria singolarità, originalità e responsabilità, ma per valorizzare quindi la propria famiglia che a sua volta cresce e matura la propria esperienza in un contesto comunitario.

Obiettivo della comunità multifamiliare non è solo quello di rendere astinenti ma è soprattutto quello di promuovere un personale cambiamento dello stile di vita di tutti gli elementi del sistema per giungere ad una personale sobrietà che è un passo importante per arrivare alla cognizione di una spiritualità antropologica.

Il Club è, infatti, costituito da famiglie e non da singole persone.

Nel club quindi viene proposto al servitore-insegnante di avere sempre gli occhi puntati sulla relazione familiare evitando di "operare" sulle singole persone.

Ogni incontro di Club che è affrontato empaticamente ha lo scopo di migliorare lo stile di vita di tutte le persone, partendo sì dai problemi con l'alcol, ma per mettere in discussione quegli equilibri familiari esistenti che ruotano intorno al bere di qualcuno.

Non si tratta quindi dell'alternativa tra il bere e il non bere perché l'oggetto principale del club non è il bere ma la sobrietà in generale.

Non si tratta neanche di approfondire il cambiamento degli equilibri familiari nei ruoli precedenti o successivi al periodo del bere, perché nel club non è sviluppata una terapia familiare, che comporterebbe un approccio integrato e trans-disciplinare con interventi coordinati di psicanalisi.

Si tratta invece di sviluppare e catalizzare nel Club ogni emozione che permetta ad ognuno di riflettere sul proprio rapporto con la vita e non solo quello con la bottiglia, per cui entra in gioco anche tutto il contesto in cui si vive non soltanto la famiglia, ma anche il paese e la comunità.

#### **16.4 La comunicazione negli Alcolisti Anonimi**

Per gli Alcolisti Anonimi la sofferenza alla quale sono sottoposte le mogli ed i mariti dei bevitori, che si può individuare in una dipendenza molto anormale, è affrontata nei gruppi separati di Al-Anon ed A-Teen nei quali è utilizzata la stessa metodologia dei “Dodici Passi”.

I famigliari quindi, anche per gli Alcolisti Anonimi, hanno il problema della malattia del proprio caro e ritengono sia importante conoscere il suo percorso di ricupero per poterlo aiutare e sostenere nella sua lenta maturazione.

Perciò, sempre con l’adozione dei Dodici Passi, gli Al-Anon e gli A-Teen affrontano il problema alcol in incontri separati, avendo come obiettivo la riparazione e la ricostruzione della famiglia e per tale scopo utilizzano lo stesso programma delle persone “malate”.

La mia breve esperienza in un gruppo familiare per tossicodipendenti, che persegue la metodologia dei Narcotici Anonimi, mi ha fatto cogliere che, il problema del familiare è quello della sua sofferenza per quanto succede in famiglia, e non quello di soffrire per la “malattia” dell’altro.

Un problema correlato, in pratica, che deve essere affrontato direttamente come tale, indipendentemente dai sentimenti che sono provocati dalla “malattia” dell’alcolista.

Il percorrere separatamente lo stesso percorso mi sembra abbia unicamente lo scopo di aiutare l’astinenza dell’alcolista, ed, infatti, proprio perché manca la possibilità di dialogo e quindi di relazione, tale aiuto non affronta il problema alcol correlato del famigliare.

La singola persona riuscirà certo ad avere delle ripercussioni positive anche se indirette nell’ambiente “famiglia”, ma la comunicazione con e tra i famigliari, non essendo curata in gruppo, favorisce poco, a mio avviso, la percezione dei sentimenti personali dell’alcolista e del familiare.

Eppure, negli Stati Uniti i gruppi di Alcolisti Anonimi, di Al-Anon e di A-Teen sono considerati un supporto anche per la terapia familiare come sostiene la psicoterapeuta Virginia M. Lewis, condirettrice del Family Recovery Project a Menlo Park in California:

“Le famiglie in cui i partner e perfino i figli seguono il programma dei Dodici Passi sono notevolmente avvantaggiate.

Il linguaggio degli AA e dei gruppi Al-Anon ... ha l’effetto di calmare l’ansia, il caos e le emozioni sconosciute che emergono. Parole e slogan come “Insieme possiamo farcela” o “Un giorno alla volta” e “Impariamo a raccontare come era, cosa è successo e com’è adesso” aiutano la

famiglia a rendersi conto del passato e del presente e in questo modo consentono di elevarsi al disopra delle azioni patologiche dominanti durante gli stadi del bere e della transizione.

Il linguaggio diviene un antidoto al trauma del recupero fornendo un contenimento ed una struttura.

Brown S. 2001. *Alcolismo, terapia multi dimensionale e recupero*, Trento, Erickson.

Anche all'interno dei gruppi familiari esiste una relazione profonda, che è definita sempre "Fratellanza", ed anch'essa è suggerita dalla logica della malattia personale, e, quindi, mi sembra che il concetto dell'auto promozione e dell'auto protezione della salute, venga facilmente recepito come riparatorio piuttosto che come preventivo da ricercare il bene familiare e quindi sociale.

A tale proposito, mi sembra importante rilevare come la consapevolezza, che le disfunzioni individuali sono disfunzioni di tutto un ecosistema umano, non autorizza ad agire con gli stessi obiettivi delle terapie individuali, modificando il bersaglio dalla persona alla famiglia, con la stessa logica della cura diretta.

Mi riferisco in particolare alla "terapia familiare" che, è stata elaborata per curare con vari interventi, tendendo ad isolare il sistema famiglia per ripararlo, partendo dai suoi punti di forza ed attaccando i suoi punti di debolezza.

Indubbiamente sotto l'aspetto psicologico tale terapia può apparire più affascinante, ma non è senz'altro la metodologia proposta dal prof. Hudolin che vuole essere chiaramente un trattamento non guidato.

Essa, non solo è veramente complicata, ma è orientata essenzialmente alla risoluzione della malattia attraverso il raggiungimento diretto di un provvisorio benessere senza creare nella famiglia una sana maturazione per procedere ad un suo sviluppo.

## Capitolo 17. Le risorse

Un importante risultato della ricerca scientifica collegata alla teoria dei sistemi fatta dal chimico Ilya Prigogine, premio Nobel per la chimica nel 1977 è stato quello che in natura:

“nelle condizioni di non equilibrio o irregolarità, si manifestano interazioni di grande portata che non esistono nello stato di equilibrio.”

(Prigogine I. 2003 *La fine delle certezze*, Torino, Bollati Boringhieri.

Mi sembra che anche tale scoperta sia stata sviluppata concretamente dal prof. Hudolin perché, l' ha applicata al suo metodo.

Egli, infatti, ha dimostrato di credere ciecamente che ogni famiglia è in grado di affrontare il proprio disagio (situazione di non equilibrio) facendo emergere quelle notevoli forze che nella normalità non sono prevedibili.

La parola “risorsa” deriva appunto dal verbo latino: *risurgere* che significa elevarsi a nuova vita.

Infatti, nel club si dovrebbe parlare col cuore, raccontando le proprie emozioni ed evitando i ragionamenti e le discussioni perché certamente non contribuiscono ad attivare quelle risorse insospettite che emergono soltanto dal linguaggio del cuore che è appunto quell' organo che ci permette di vivere.

Il Club è un momento d'incontro tra persone e famiglie, unite da uno stesso problema, le quali si raccontano le loro esperienze di vita (gioiose e dolorose) per condividere sofferenze e conquiste con l'obiettivo di sentirsi risorsa non solamente per se stessi, ma per l'intera collettività

La principale risorsa, che è indicata dagli Alcolisti Anonimi, sembra invece sia quella della volontà di predisporre ad accettare un programma che, prevede dei punti di sostegno come ad esempio la Fratellanza.

Infatti, quando si giunge "al limite" e si cercano risorse per iniziare l'astinenza, incontrare un alcolista anonimo significa incontrare la fortuna perché le persone della Fratellanza danno speranza insistendo sul fatto che ci si può recuperare.

Ogni nuovo venuto è inoltre “sponsorizzato” da un altro alcolista che in base al dodicesimo passo diventa per i primi tempi il suo custode.

Quest'affiancamento gli permette di iniziare l'astinenza senza cercare risposte, e di frequentare un gruppo nel quale ci s'identifica e ci si accetta tutti come dipendenti.

In tale gruppo ognuno potrà vedere un po' di se stesso in ogni dipendente e potrà vedere qualcosa degli altri in se stesso e quindi tutti potranno aiutarsi l'uno con l'altro.

## Capitolo 18. La spiritualità

Un'importante diversità che, a mio avviso, si rileva dalla comparazione delle due metodologie che affrontano le sofferenze causate dall'alcol riguarda un diverso concetto di spiritualità.

Io intendo la spiritualità dell'uomo, anche se detto molto sinteticamente, come l'insieme dei principi che orientano il comportamento umano.

In quest'ottica, mi sembra quindi che la spiritualità comprenda i sentimenti, le emozioni ed i valori di ogni persona e rappresenti sostanzialmente ciò che ognuno collega con la propria esistenza, e che, si può permettere di esercitare, entrando in rapporto con il proprio trascendente.

### 18.1 Il riconoscimento di un Potere Superiore

Per gli Alcolisti Anonimi, una vita spirituale inizia, affrontando un proprio sentimento di impotenza ed incanalando tale sentimento verso la cieca fiducia in un Potere Superiore che, si esprimerà attraverso la Fratellanza degli stessi Alcolisti Anonimi.

In termini religiosi può apparire rispondente ad un giusto rapporto uomo-Dio, ma, questo aspetto della metodologia potrebbe essere lesivo dell'autonomia e soprattutto della libertà della persona perché si avvale del sentimento di una persona sofferente, per condizionarlo ed indirizzarlo verso un certo tipo di spiritualità.

La responsabilità della persona diventa, cioè, quella di riuscire a raggiungere, oltre alla padronanza della malattia, anche una padronanza dei valori morali della propria vita, che garantisca quella sobrietà, che, in ogni caso rimane sempre nelle mani di quel Potere Superiore trascendente, che può fare tutto, perché, come sosteneva Newton, è il Grande Orologiaio che governa il mondo.

Mi sembra cioè un rapporto trascendentale uomo-Dio che ha un punto di partenza ben preciso, solo a seguito del quale ogni azione viene a verificarsi, e soltanto tale trascendenza, che definirei più religiosa che spirituale, rimane il presupposto per un lento recupero della persona fino a dare un valore alla propria vita.

### 18.2 L'identità dell'uomo

Nel club, dove è sempre coltivato il linguaggio dei sentimenti, lo scopo principale è quello di lasciare che ogni persona lasci sempre più posto al proprio cuore, inteso come centralità e non viva la propria coscienza in una funzione meramente intellettuale come suggerisce sempre Balducci:

“...un cuore inteso come centro dell'Essere, dove non si sono date ancora le divaricazioni fra volontà, amore, pensiero, passione...”

L'uomo non è soltanto il soggetto che pensa e progetta la realtà esterna, ma è il soggetto che l'ascolta, che la riceve, che è disponibile verso la diversità, anche verso la diversità interiore.

Anche il prof. Hudolin negli ultimi tempi pensava ai Club, non solo come movimento, che si espandeva sempre più per promuovere salute, ma anche come sistema ecologico sociale che mettesse al centro l'uomo.

Egli più volte affermava che i club del futuro devono porre sempre più l'attenzione sui problemi spirituali ed etici favorendo la compartecipazione con il mondo.

In pratica nel Club viene proposto, non tanto una riparazione del proprio comportamento di vita, evitando di parlare solo di passato perché non rimanga chiuso e prigioniero di se stesso, ma un cambiamento, del quale ognuno deve sentirsi responsabile, perché è basato sulla capacità che ogni uomo ha di creare il proprio futuro.

Questo cambiamento non avviene per scelta razionale, ma perché ognuno seguendo le proprie emozioni scopre direttamente di appassionarsi e di provare un nuovo fascino ad essere auto efficace riuscendo a comportarsi in un determinato modo.

Solamente il riappropriarsi di un proprio futuro porta a tendere ad un livello superiore di se medesimi, per dare un significato alla propria vita attraverso la trascendenza del proprio io.

Quindi nel Club l'avvio della spiritualità avviene, più che da una dimensione trascendente di Dio che può far evadere dalla realtà concreta e storica, da una fiducia sulle proprie forze.

Nel Club, anche la persona che esercita una fede religiosa, può vivere un'esperienza di Dio, che diventa, però, comunione con la stessa storia dell'uomo.

Io penso alla spiritualità di partenza degli Alcolisti Anonimi come il riconoscimento di un Dio che sta al di sopra, di un Dio che sta oltre ed al quale io devo obbedire per essere buono, mentre la spiritualità che si vive al Club è una meta finale, che raggiungo con le mie forze assumendo nelle varie circostanze della vita atteggiamenti responsabili e non guidati.

Una bella metafora mi sembra possa paragonare il percorso, proposto dalla spiritualità della metodologia degli Alcolisti Anonimi, alle numerose vicissitudini del viaggio di Ulisse, che viaggia con il preciso obiettivo di ritornare ad Itaca dalla propria sposa Penelope, sempre però sotto la guida dei vari dei.

Chi frequenta il club degli alcolisti in trattamento, mi sembra, proseguendo sempre la metafora, possa essere paragonato alla figura di Abramo che parte, con le proprie forze senza una meta precisa, dimostrando però di avere un'estrema fiducia nella vita, perché sa abbandonare tutto ed accettare il sicuro per l'insicuro, il certo per l'incerto, il presente consapevole per un futuro desiderato.

### **18.3 La spiritualità antropologica**

Ognuno al Club, alla stregua di Abramo, potrà intuire soltanto col passare dei giorni il significato del proprio viaggio: assumersi il compito di portare all'umanità (popolo di Israele) un proprio contributo.

Per la teoria dei sistemi, infatti, ogni cosa è interdipendente ed il tutto ha più valore del singolo, e quindi nel club è approfondita la condivisione dei problemi e sviluppata la solidarietà sociale.

Tutta la famiglia, nel club, parte quindi dall'astinenza per giungere gradualmente alla sobrietà, ed è in tale situazione che, affrontando il senso della propria esistenza, potrà cogliere, attraverso una spiritualità antropologica, una dimensione trascendentale della vita.

Il movimento dell'“ecologia profonda”, che sta ormai diventando una corrente globale d'opinione, è la consapevolezza spirituale, che l'uomo è perfettamente inserito come tutti gli esseri viventi nella natura, e ne rappresenta un particolare filo nella trama della vita.

Possiamo quindi intendere la Spiritualità come il prendere coscienza che nessun uomo basta a se stesso, che tutti siamo complementari e abbiamo bisogno gli uni degli altri e perciò possiamo realizzarci soltanto nell'amore.

L'umanità è il sistema di cui facciamo parte, e la nascita di una persona è importante quanto la sua morte, perché ognuno di noi è nato da altri e muore lasciando altri, anche se ognuno di noi è unico.

La metodologia del prof. Hudolin parte dall'uomo come elemento del sistema “umanità” ed abbandonando il principio religioso di una possibile trascendenza con Dio, responsabilizza ognuno sulla propria vita, sia nei confronti di se stesso che nei confronti di altri uomini che fanno parte appunto del suo sistema.

Parlando di trascendenza, infatti, il prof. Hudolin chiarisce: “ la trascendenza non si deve comprendere solo in senso religioso, nonostante che il suo significato religioso abbia grande importanza, ma la possibilità di trascendere se stessi, il proprio comportamento e scegliere una vita migliore, una spiritualità antropologica migliore.”

L'insieme di queste scelte comportamentali costituisce il sistema aperto, dove esiste da parte di ognuno la libertà di decidere, senza che avvenga l'assorbimento delle individualità in un tutto indistinto, ma assistendo alla costruzione di una continuità comportamentale tra le scelte di ognuno che, nell'insieme, forma appunto il sistema.

Ne scaturisce una solidarietà agita e non nominale, la condivisione e la comprensione con empatia, la corresponsabilità e non ultima l'emulazione solidale.

## **18.5 L'uomo creatore**

Il prof. Hudolin ad Assisi nel 1997 affermava che: “L' uomo conservando la memoria del passato, protendendosi nella speranza del futuro è l'unico essere del creato capace di oltrepassare i limiti entro i quali vive”.

Avere fiducia nelle proprie risorse, perché ognuno di noi vive con un suo compito che ancora Ernesto Balducci sintetizza molto bene:

“Noi dobbiamo progettare un futuro a partire dall' uomo inedito che è in noi, dall'uomo che ancora non è determinato, dall'uomo possibile.

Ecco perché occorre creare il futuro.

Il proseguimento di ciò che già è, non è creazione”.

Infatti, trascendere da se stessi, significa andare oltre, superando la propria condizione ed elevando la qualità della propria vita.

Significa puntare ad un cambiamento, adottando una nuova mentalità per essere aperti e per essere in definitiva delle persone nuove.

Significa avere uno stile di vita nei vari comportamenti di ciascuno: dall'astinenza ad un diverso modo di rapportarsi con le cose, che non sia quello del consumismo imperante, ma un modo nuovo di stare nella natura perché la sobrietà è il ritorno all'essenziale.

Significa avere uno stile di vita che fa vivere con ricchezza il proprio presente, senza l'affanno di adeguarsi a ritmi che non sono naturali, ma che portano ad opprimere ed a stressare la vita.

Significa avere uno stile di vita che porta ad incontrare l'altro, superando quella comunicazione imposta oggi da moderni strumenti, che è purtroppo imperante, senza temere, affrontando il volto dell'altro, di assumere le proprie responsabilità e di realizzare così in modo impegnativo quella relazione interpersonale su cui è impostato tutto il sistema umanità.

Fare cioè una più precisa e costante attenzione a quanto di più profondamente umano vi è in tutti noi, perché coscienti della nostra spiritualità antropologica.

Secondo il prof. Hudolin solamente il cambio del comportamento individuale, familiare, umano e sociale, cioè il cambio della cultura o meglio della spiritualità antropologica porta a costruire la pace nel mondo.

I problemi alcolcorrelati, come altri disagi, dipendono dagli equilibri ecologici della comunità perciò ne siamo moralmente tutti corresponsabili.

Una dimensione antropologica aperta e l'operare per un suo cambiamento rappresentano quindi una solidarietà di carattere sociale e non caritativo, dando un valore non solo etico al nostro vivere, ma soprattutto un valore spirituale.

Vorrei concludere affermando che, a mio avviso, tale valore spirituale può senz'altro identificarsi con quello dei credenti, così come il priore camaldolese Benedetto Calati sosteneva:

“...ogni uomo è il termine dell'azione di Dio, ogni uomo è storia sacra in atto, ogni uomo è colui nel quale tende a realizzarsi ed a compiersi l'intera economia divina.”

Calati B. 1994. Sapienza monastica, Roma, Studia Anselmiana.

## Bibliografia

- Hudolin W. 1991. *Manuale di alcologia*, Trento, Erickson  
Paoli A. 2002. *Della mistica discorde*, Bari, La Meridiana  
Folgheraiter F. 2002 *L'utente che non c'è*. Trento, Erickson  
Vescovi P.P. 2000. "Capitolo secondo", *Vladimir Hudolin*, Trento, Erickson  
Brown: *Alcolismo, terapia multi dimensionale e recupero*, 2001- Erickson - Trento.  
Noventa, Nova, Oliva. 1990. *Self-help*, Torino, Gruppo Abele  
Bertoldi, Vanzetta. 2002 *I gruppi di auto mutuo aiuto* Trento, AMA  
D.M. Steinberg 2002 *L'auto/mutuo aiuto* – Erickson – Trento  
Lindwosky 1956 *L'educazione della volontà* – ed. Morcelliana – Brescia  
Siegel 2002 *La mente relazionale* - Cortina – Milano  
Marcomini F. 2000. "capitolo dodicesimo" *Vladimir Hudolin*, Trento, Erikson  
Capra F. 2001. *La rete della vita*, Milano, Rizzoli  
Balducci E. 1996 *L'altro, un orizzonte profetico*, Firenze, ECP  
Corlito G. 2001. *Conversazioni ad Assisi*, Siena, Pinzati  
Prigogine I. 2003 *La fine delle certezze*, Torino, Bollati Boringhieri  
Calati B. 1994. *Sapienza monastica* Roma, Studia Anselmiana

n.b. Tutte le citazioni del prof. Hudolin sono riprese da : *Camminando insieme* – 2002 – Udine  
*numero unico dedicato a Vladimir Hudolin* -