



LA STRADA DELLA SPERANZA

-DROGA-

*Ciò che tu genitore
devi sapere*



Scritto e curato dalla O.D.V.
LA STRADA DELLA SPERANZA

Sito WEB: <https://www.lastradadellasperanza.it>

E-mail: lastradadellasperanza@gmail.com

Telefono: 339.6889362

[1/7]

1 - Accorgersi che ...

Non è facile per una famiglia accorgersi in tempo se un proprio caro - figlio, fratello, marito, moglie, nipote... - abbia iniziato a fare uso di droga. Una volta che ce ne siamo accorti o che eventi esterni ce ne hanno dimostrato l'esistenza, è difficile accettare la realtà scoperta. Spesso la notizia arriva come un fulmine a ciel sereno: un fermo di polizia, una conversazione con un insegnante, il ritrovamento di una siringa, la confidenza di un amico, uno svenimento o l'ammissione esplicita del giovane che chiede aiuto.... Da quel momento, per la famiglia ha inizio una lotta angosciata e disperata per rimediare, salvare il familiare, aiutarlo e trovare qualcuno che indichi la via giusta.

Purtroppo, poche famiglie decidono subito di consultare un esperto che suggerisca loro il comportamento corretto da adottare. Prima che qualcuno decida di chiedere aiuto e consigli all'esterno, passa molto tempo a causa di disinformazione, vergogna, un falso senso di protezione, sopravvalutazione delle proprie forze o sottovalutazione del problema. E per tali ragioni, prima che il problema della droga venga affrontato all'interno della famiglia, il tempo che passa peggiora la situazione in modo esponenziale.

Aiutare significa comprendere, ma comprendere non significa farsi ingannare.



È fondamentale ricordare che il tossicodipendente crede così tanto alle bugie che racconta che riesce a convincere anche gli altri. Coinvolgerà chi gli sta intorno nelle sue contraddizioni e nel suo star male. Prometterà di smettere ma non lo farà mai, si farà compatire per ottenere denaro, spaventerà e manipolerà la realtà con ricatti morali, aperti o velati (ad esempio, "se non mi aiuti vado a rubare e finisco in carcere"), pur di ottenere ciò che vuole: i soldi per la dose.

La scoperta della tossicodipendenza segna l'inizio di un'odissea per la famiglia, con tappe ricorrenti:

- Il tossicodipendente confonde i genitori promettendo di smettere se lo aiuteranno a disintossicarsi lentamente.
- Chiede denaro per comprare la droga con la quale, teoricamente, dovrebbe ridurre gradualmente l'uso fino a smettere.
- Dopo vari tentativi falliti (per mancanza di volontà e determinazione), colpevolizza la famiglia per non averlo aiutato abbastanza.
- Chiede allora altre soluzioni: vacanze, aiuti economici per sposarsi o avviare un'attività, soldi per affitto o cure mediche, ecc..
- Dopo ulteriori fallimenti, torna a casa disperato e inizia il suo periodo più parassitario: chiuso in camera, si alza tardi, mangia poco, beve alcolici, si abbuffa di televisione, cerca soldi e viene mantenuto in tutto.
- Diventa una presenza inquietante: non parla, tranne in rari momenti di euforia.
- Inizia l'uso di pillole di ogni tipo.

Sito WEB: <https://www.lastradadellasperanza.it>



LA STRADA DELLA SPERANZA

- Spariscono denaro e oggetti preziosi da casa.
- Iniziano liti tra i membri della famiglia che si colpevolizzano a vicenda ("È colpa tua che gliele hai date tutte vinte", "È colpa tua che sei sempre stato troppo severo"). Le tensioni sfociano in violenza, botte, ricatti e persino rapine da parte del tossicodipendente.
- La rottura è inevitabile: il tossicodipendente viene allontanato, arrestato o finisce in ospedale. Segue un'attesa angosciante fatta di silenzio, pianti e paure.
- La speranza lo fa accogliere nuovamente a casa quando si ripresenta, con la fiducia che "almeno non faccia altre pazzie". Il suo ritorno sembra positivo.
- Non si comprende che il tossicodipendente torna dove pensa di trovare una porta socchiusa.
- Questa storia si ripete sempre uguale. È l'angoscia che la rende sempre vera e diversa per chi la vive.
- Può avere un tragico epilogo.
- Oppure può essere ribaltata se la famiglia decide di rivolgersi a esperti che sappiano guidarla e si lascia aiutare. Purtroppo, prima di arrivare a questa decisione, molte tappe negative sono già state percorse e hanno lasciato il segno.

2 - Come accorgersene

Per il primo contatto con la droga, il giovane incontra qualcuno che gliela offre gratuitamente. In genere è una nuova conoscenza o un vecchio amico che ne ha sperimentato gli effetti ma ne sottovaluta la pericolosità, quasi mai uno spacciatore. Il ragazzo può essere condizionato dai compagni, dalla paura di sentirsi escluso o di non essere all'altezza, e non sa dire di no. Per i ragazzi timidi, può sembrare un modo per avvicinarsi a qualcuno dell'altro sesso, per ottenere maggiore intimità, trasgredire e avere una complicità comune. La paura e l'incapacità di gestire le forti emozioni possono superare la prudenza e i consigli degli adulti. La prima volta è solitamente uno spinello o una riga di cocaina. Se si innamora di un tossicodipendente da eroina, la droga diventa il tramite principale del rapporto. Gran parte del mondo giovanile è a rischio, ma per fortuna la prima assunzione non è sufficiente a rendere un giovane un tossicodipendente. Spesso la prima volta non si riconoscono gli effetti piacevoli ma si avvertono solo sensazioni negative. Di sicuro, segna un passaggio: per alcuni giovani insoddisfatti è una sfida ai genitori e agli adulti; per altri privi di valori è una trasgressione a una realtà piatta e noiosa; per altri ancora, prigionieri della solitudine, è l'adesione a un ambiente percepito come ricco di emozioni e comunicativo.

"Accorgersi in tempo" significa intervenire prima che il giovane abbia assunto droga ripetutamente. In questa fase, egli stesso potrebbe percepire il rischio che sta correndo e, se in famiglia emergono problemi di comunicazione, l'esperienza potrebbe fermarsi e il rapporto con i genitori diventare più intenso. Ma se permarranno solitudine e immaturità, il giovane sarà tentato, alla prima difficoltà, di ricercare quel "qualcosa" che gli è apparso come risposta al suo disagio. È a questo punto che entrano in gioco gli specifici effetti delle sostanze. La droga è un malessere che cova da tempo dentro il giovane e che, a un certo punto, viene messo a tacere con l'uso delle sostanze. Per questo è importante che la famiglia presti attenzione ai comportamenti del figlio,

specialmente se lo vede chiuso, introverso, timido o assente, affinché possa esprimere il suo disagio e sentirsi protetto. La famiglia deve vigilare sulle amicizie del figlio. Un buon rapporto di comprensione e confidenza tra genitori e figli permetterà al genitore di capire se c'è qualcosa che non va e prevenire esperienze destabilizzanti.



Se la droga è già entrata nella sua vita, occorre saperla riconoscere per i comportamenti che induce:



- Spinelli: occhi arrossati, pupille dilatate, euforia e risate immotivate, pesantezza del ragionamento, estrema sensibilità a ciò che accade intorno, alla musica e ai colori, percezione alterata del tempo, linguaggio pasticciato, difficoltà a leggere e memorizzare, distrazioni che causano danni o incidenti.

- Eroina: pupille a "capocchia di spillo", palpebre che tendono a chiudersi, pruriti diffusi, pallore, tratti intristiti, aria ebete, lentezza nel parlare e tono monotono, testa a ciondolini, accende sigarette che non fuma bruciando vestiti o lenzuola, inappetenza generale ma forte attrazione per i dolci.



- Cocaina: pupille dilatate e poco sensibili alla luce, eccitazione fisica, iperattività, sicurezza e buonumore ostentati, bisogno di parlare senza ascoltare, difficoltà ad addormentarsi, inclinato alla prepotenza, alla violenza e alla megalomania.



- Psicofarmaci: occhi lucidi, pupille poco reattive alla luce, torpore e annebbiamento mentale, difficoltà a collegare i pensieri, lingua "impastata", sonnolenza, tono di voce monotono, chiusura in se stessi, debole percezione di sentimenti ed emozioni.

3 - Come la famiglia può aiutare il tossicodipendente

È necessario capire che il problema della droga non si risolve in breve tempo. Non è un dente che si estrae, un debito che si paga o un oggetto che si compra. Le parole "per sempre" o "mai più" vanno escluse. Questo non significa rassegnarsi, ma essere consapevoli che il recupero è lungo e paziente. Bisogna agire con determinazione e prepararsi alle delusioni, convinti che alla fine si avrà successo. Non servono soluzioni emotive: agitarsi molto sperando in un risultato immediato porta solo a frustrazione. È importante che un genitore si



domandi: "Quanto conosco mio figlio? Per quanto tempo mi sono fermato su un'immagine sbagliata che avevo di lui?" e inizi a osservarlo con altri occhi.

Per vincere la battaglia sulla droga, bisogna rinunciare a molte altre cose: sogni e obiettivi familiari (auto più grande, casa nuova, vacanze, divertimenti). Spesso, per ottenere queste cose, lavorano entrambi i genitori, lasciando solo il ragazzo. Al momento della scoperta della droga in casa, bisogna spesso azzerare tutto per dedicare la massima attenzione al figlio. L'intera vita familiare va riorganizzata, sapendo che il problema non può essere delegato. Molte famiglie che hanno affrontato la droga con superficialità sono cadute in una disperazione tale da dover vendere non solo la seconda, ma anche la prima casa per pagare i debiti del figlio.

4 - Le prime cose da fare

Se la famiglia si accorge per tempo che il figlio usa droga, dovrà:

1. Affrontare risolutamente la questione con il figlio senza paure per far uscire la verità, consapevoli che non è venuta a galla tutta la verità.
2. Riorganizzare completamente la vita quotidiana del figlio, orari, impegni, attività, e pretendere maggiore partecipazione alla vita familiare.
3. Cambiare la vita familiare per mantenerla più unita, programmando le cose da fare senza lasciare momenti vuoti.
4. Informarsi più profondamente sul problema, partecipando a incontri o dibattiti, tesorizzando le esperienze di altri genitori, o visitando centri di recupero insieme al figlio.
5. Verificare costantemente le dichiarazioni del figlio senza paura di sembrare oppressivi.
6. Eliminare il suo denaro personale o ridurlo al minimo con attento controllo.
7. Informarsi sulle sue compagnie e sui coetanei coinvolti nelle prime assunzioni.
8. Non chiudersi nella vergogna ma coinvolgere nel recupero più persone possibile.
9. Entrare in contatto con i genitori degli altri ragazzi coinvolti, informarli e mobilitare anche loro.
10. Sopportare con pazienza e fermezza il recalcitrare del figlio che cercherà di divincolarsi dal controllo, minaccerà ricatti morali, cercherà alleanze tra i parenti. Calmare e spiegare il perché di tutto sia al figlio che agli altri parenti, coinvolgendoli nella lotta. Mettere ciascuno di fronte alle proprie responsabilità spiegando dove conduce la superficialità.
11. Rivolgersi a esperti. Diffidare di soluzioni miracolistiche, cure speciali, pillole e ricostituenti.





5 - Mai da soli

Quando una famiglia è sconfitta o invischiata nelle contorsioni mentali del figlio, ha bisogno di appoggiarsi a qualcuno che sappia dire la verità. "Tu solo ce la puoi fare ma non ce la puoi fare da solo" è una delle prime dichiarazioni che un tossicodipendente deve recepire. Non potrà mai opporsi al desiderio della droga con la sua sola volontà. La vita ha senso solo quando si desidera qualcosa di positivo, coinvolgente ed emozionante. Per cambiare vita il tossicodipendente deve crescere, aprirsi interiormente a emozioni e sentimenti molto più belli ed intensi di quelli provati con la droga. Ma non può farlo da solo. Ha bisogno di avere a fianco altre persone che lo aiutino e lo sostengano. Lo stesso vale per la famiglia: l'energia per sostenere il confronto quotidiano, l'orientamento nelle decisioni e il coraggio possono essere attinti solo da qualcuno disponibile ad aiutare senza farsi ingannare. È indispensabile rivolgersi ad esperti perché anche le persone più risolte possono cadere nell'indecisione.

6 - L'astinenza

Il tossicodipendente "va in astinenza" quando la droga ha finito il suo effetto e sente il desiderio smanioso di drogarsi. Cercherà di assumere qualcosa per alterare le sue percezioni e allontanare la realtà. Spariti gli effetti, riemergono tutte le sensazioni negative:

- **Fisiche:** malessere e sofferenza, dolori acuti nell'astinenza da eroina. L'eroina proteggeva il tossicodipendente, e al ritorno le percezioni interne ed esterne sembrano dolori lancinanti. Un comune mal di pancia sembra una colica; passarsi una mano tra i capelli sembra di strapparseli; una brezza leggera provoca brividi; persino respirare diventa una fatica. E poi insonnia, dolori muscolari e lombari, nevralgie, ecc.. Questi dolori sembrano acuti perché senza droga non ha capacità di sopportazione.
- **Mentali:** l'astinenza è essenzialmente un malessere mentale. Più un tossicodipendente ha voglia di bucarsi, più sente l'astinenza. Entrerà in una spirale angosciata; qualunque intervento consolatorio lo esaspererà ed egli userà l'astinenza come strumento di ricatto per trovare la droga.

È importante ricordare che non si muore per astinenza e che la sofferenza fisica e mentale è la via obbligatoria per disintossicarsi. Questa sofferenza può essere mitigata con farmaci, ma con il rischio di aggiungere un'altra dipendenza: quella da farmaci. Aiutare un tossicodipendente in astinenza non vuol dire compatirlo ma esercitare su di lui una ferma autorità che lo sostenga. Non bisogna lasciarlo da solo nemmeno un attimo; bisogna stimolarlo costantemente perché non cada nelle depressioni conseguenti al verificare i propri fallimenti della sua vita e le svariate malefatte compiute che gli appariranno in tutta la loro gravità.



7 - Il cammino di recupero



Recuperarsi non significa solo smettere di drogarsi ma cambiare completamente lo stile della propria vita per trovare, dentro di sé e con gli altri, significati e motivazioni a vivere: la soddisfazione per un lavoro ben fatto, la tenerezza, la passione, la fiducia in se stessi costruita attraverso onestà e coerenza, la forza per non farsi abbattere da momenti difficili, la metodicità e la perseveranza, la disponibilità a comprendere gli altri.

Per una famiglia, seguire il cammino di recupero di un figlio, consiste in alcune importanti tappe:

1. Distanziarsi emotivamente dall'angoscia in cui è stata invischiata.
2. Riflettere su sé stessa orientandosi verso un progetto di recupero del figlio. Le scelte debbono essere concordate tra tutti i membri della famiglia per ritrovare l'unità dell'agire contro cui le manovre del tossicodipendente si infrangono.
3. Seguire tutto il percorso di crescita e di cambiamento del ragazzo. Egli deve imparare a usare virtù e capacità che conosce ma non ha mai saputo usare. È un impegno che richiede anni, a volte molti. Non debbono essere mai fatte scelte affrettate ma ogni singola decisione (lavoro, amici, fidanzata, vacanze, ecc.), deve essere vagliata poiché il tossicodipendente deve abituarsi a conquistarsi con fatica i risultati.
4. Aiutarlo a reinserirsi nel mondo, senza scorciatoie o facilitazioni. Non bisogna né lasciarlo solo né opprimerlo quando ricomincia una nuova vita, ma invogliarlo a essere protagonista del suo destino. Non debbono spaventare le eventuali ricadute poiché esse sono segnali di una debolezza non ancora superata. Se un uomo sta crescendo, già starà mostrando segnali di questo nuovo orientamento ma, probabilmente, avrà ancora dentro di sé le indecisioni ereditate di un lungo periodo trascorso dentro la droga.

LA STRADA DELLA SPERANZA

Via dei Fiori, 34A - 00172 Roma

COLLOQUI INDIVIDUALI

Tutti i giorni su appuntamento

RIUNIONI FAMIGLIE

Giovedì dalle 20 alle 22