

...e allora come?

Laura Musso
...e allora come?

Edizione a cura del Centro Studi ARCAT Piemonte
Piazza Trieste, 4 - 10023 Chieri (TO) - Tel. 011 9425118
Copyright © 1997 Laura Musso

Editing e copertina: Angelo Gaidano
Stampa: Tipolitografia Edigraph - Chieri (TO)

Seconda edizione: maggio 1999

Tutti i diritti riservati. Vietata la riproduzione, con qualsiasi mezzo effettuata se non previa autorizzazione dell'Autore.

Laura Musso

...e allora come?

**MANUALE PER LA REALIZZAZIONE
DELLE SCUOLE ALCOLOGICHE TERRITORIALI**

**EDIZIONI
ARCAT PIEMONTE**

PREFAZIONE

Quando si presenta un'opera letteraria si è spesso indecisi su quale elemento focalizzare l'attenzione: la struttura dell'opera; la finalità ed importanza della medesima; l'autore. Sono tutti e tre punti fondamentali per collocare l'opera nella giusta prospettiva.

Lascio al lettore il piacere di scoprire come è organizzato il manuale, per dedicare queste poche righe agli altri aspetti.

Il pregio della presente opera è quello di essere un manuale nel vero senso della parola: fonte di indicazioni che consente a chi lo utilizza di orientarsi sul problema in oggetto, lasciando ad ognuno l'onere di portare a termine il compito, esprimendo la propria professionalità in questo lavoro.

Per l' A.R.C.A.T. Piemonte, ma anche per l' A.I.C.A.T., questo manuale rappresenta una tappa importante per proseguire il lavoro iniziato dal Prof. Vladimir Hudolin e per dimostrare che l'esperienza dei Club degli Alcolisti in Trattamento è ormai un sistema capace di proseguire il proprio cammino, non fermandosi all'oggi ma volgendosi sempre verso nuovi orizzonti.

Questa è la sfida che l'associazione regionale dei Club, e ancor di più quella nazionale, ha raccolto dopo la scomparsa del Professor Hudolin. Questo manuale rappresenta una carta in più per poterla vincere.

Sono particolarmente emozionato nel presentare l'autore: Laura Musso è medico specialista in psicologia, psicoterapeuta ad indirizzo sistemico relazionale, esperto in alcologia, direttore del Centro studi A.R.C.A.T., giornalista e direttore di Informa Club.

Ma Laura è anche una cara amica, con la quale 13 anni fa abbiamo iniziato il lavoro dei Club in Piemonte, e con la quale ho condiviso le attestazioni di stima e soprattutto le critiche, benevoli proficue ma non meno dolorose, che il Prof. Hudolin ci offriva ogni volta che ci incontrava. Sono onorato di averla conosciuta e desideroso di continuare la collaborazione con lei negli anni a venire.

Paolo Barcucci
servitore-insegnante di Club
componente del Direttivo
A.R.C.A.T. Piemonte
componente del Direttivo A.I.C.A.T.
e del Comitato Scientifico Nazionale

Chieri, settembre 1997

PRESENTAZIONE

Alcuni anni fa venne raccomandata l'introduzione nel lavoro dei Club degli Alcolisti in Trattamento della Scuola Alcolologica Territoriale come formazione di base per i membri dei Club. Oggi è impossibile immaginare il funzionamento dei Club senza questa forma iniziale di formazione. La Scuola Alcolologica Territoriale rappresenta uno dei primi passi nel cambiamento del comportamento e dello stile di vita dei membri dei Club.

La Scuola Alcolologica Territoriale offre informazioni di base sull'alcool, che rappresenta la droga numero uno in queste nostre parti del mondo. La Scuola informa sugli effetti dell'alcool sulla vita fisica e psichica dell'uomo, spiega l'organizzazione e gli scopi del lavoro dei Club, parla dei compiti e dei ruoli di ogni membro del Club. La Scuola chiarisce inoltre quale sia il ruolo del servitore-insegnante (operatore) nel Club, ed il significato del lavoro del Club nella prevenzione primaria, secondaria e terziaria, sia per i membri del Club che per il territorio nel quale il Club svolge il suo lavoro.

Se bene organizzata e ben condotta la Scuola Alcolologica Territoriale porta ad una atmosfera emozionale positiva e piacevole che viene poi riportata anche nel lavoro del Club.

Tutte queste caratteristiche, come anche altre cose importanti per l'organizzazione ed il lavoro

della Scuola Alcolologica Territoriale, il lettore potrà trovarle nel Manuale di Laura Musso. È un testo scritto con chiarezza, in linguaggio facilmente comprensibile, con un approccio didattico buono ed una visione critica verso ciò che la Scuola Alcolologica Territoriale deve e non deve essere.

Nel Manuale è presentata una proposta generale, schematica della Scuola Alcolologica Territoriale, lasciando la libertà all'insegnante della Scuola di svolgere il lavoro secondo il proprio stile personale. Si propone all'insegnante di parlare delle proprie esperienze personali che possono essere utili ai membri dei Club nella comprensione delle problematiche alcoolcorrelate in generale e del loro compito e ruolo nel Club.

Nel Manuale viene accentuata l'importanza del cambiamento di comportamento, ma soprattutto l'importanza del contatto emozionale positivo fra i membri del Club, nell'ambito delle proprie famiglie e nel territorio nel quale il Club svolge la sua attività.

Il secondo ed il terzo modulo della Scuola Territoriale sono presentati nelle linee generali, lasciando all'insegnante il compito di organizzarle nella maniera più adatta al territorio ed allo sviluppo dei programmi. Gli aspetti importanti della Scuola per quanto riguarda il secondo e terzo modulo sono ben sottolineati.

Il Manuale rappresenta un valido aiuto per gli insegnanti delle Scuole Alcologiche Territoriali e può essere raccomandato come Manuale per il lavoro nelle Scuole Alcologiche Territoriali.

Visnja Hudolin

Zagabria, 19 agosto 1997

Questo manuale è scritto da una persona sola, ma esprime un'esperienza di tanti anni vissuti insieme a tanti altri, studiando, discutendo, viaggiando, facendo esperienze nuove, a volte difficili, altre volte entusiasmanti. La mia sensazione è perciò che sia un libro scritto da tante persone, perché scrivendolo non ho potuto fare a meno di ripensare alla mia, anzi alla nostra esperienza, a tutto ciò che ho imparato da tutti coloro con cui ho fatto un pezzo di strada insieme. Quindi grazie a tutti voi che in questi anni ho incontrato e che avete dato un contributo a far crescere ciò che è raccontato in queste pagine. Grazie anche a Paolo Anfossi che non è più qui, ma è certamente uno tra questi.

E poi grazie ad Angelo per la veste grafica e l'infinita pazienza.

Grazie a Graziano Camporese che tanti anni fa m'insegnò che scrivere può essere molto più che usare una penna.

E soprattutto grazie alla professoressa Visnja Hudolin che con grande disponibilità mi ha dedicato un po' del suo tempo in un momento tanto difficile della sua vita.

“Lei mi capisce, cara?” così mi diceva spesso il Professore.

Ed io non ero affatto sicura di aver capito, nonostante mi sforzassi con tutta l’attenzione di cui ero capace. Non ricordo che cosa rispondevo. Ma da quel momento iniziava un lavoro, una crisi, e forse piano piano qualcosa riuscivo a capire anch’io. Gli sono riconoscente per avermi dato tante volte il tempo di capire.

Questo libro è dedicato alla memoria di Vladimir Hudolin. Ci ha salutati dicendo “Vi prego di continuare”: questa dedica è per dirgli “Stiamo continuando, Professore”.

INTRODUZIONE

CHE COS'È UNA SCUOLA TERRITORIALE

Una scuola, come tutti sappiamo per averla frequentata per più o meno lungo tempo, è un luogo, un'occasione, un'esperienza di tipo formativo. O almeno dovrebbe esserlo. Allo stesso tempo è anche un'esperienza di vita con altri, insegnanti e compagni di scuola, di cui serbiamo un ricordo più o meno felice. Anche sotto questo punto di vista dovrebbe essere stata formativa, averci permesso di cominciare a sperimentare le gioie e le difficoltà dei rapporti con gli altri.

La scuola dovrebbe inoltre averci spinti ad interrogarci, a farci domande non solo sulle formule matematiche o sulla sintassi grammaticale, ma sul mondo in cui ci trovavamo e sulle mille cose della vita che vivevamo.

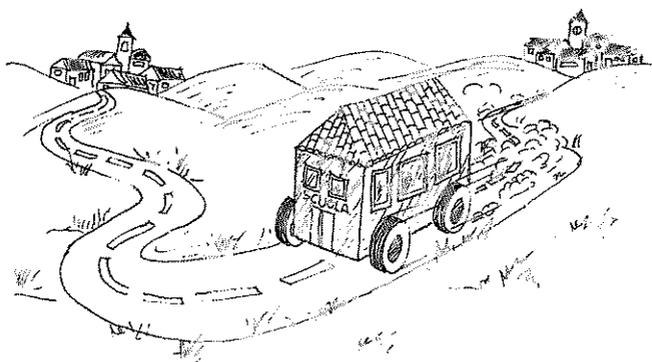
Lo so: alcuni non hanno buoni ricordi degli anni di scuola, ma vi assicuro che si può averne anche un'esperienza positiva ed essere riconoscenti per ciò che si è ricevuto. Ricordatelo, perché se state leggendo questo manuale vi accingete voi stessi a diventare insegnanti, ed avete il compito di far sì che l'esperienza a cui vi preparate sia positiva per chi vi parteciperà. E naturalmente anche per voi, visto che a tutti piace fare qualcosa di piacevole e lasciare un buon ricordo di sé agli altri.

La Scuola Alcolologica Territoriale, anzi le scuole alcolologiche territoriali, dal momento che ne esistono di tre tipi, sono un tipo di scuola un po' particolare.

E' una scuola perché vi si insegna qualcosa.

E' alcolologica perché si parla di alcool e di tante cose che all'alcool si collegano.

E' territoriale perché non si svolge all'interno di un edificio all'ingresso del quale c'è scritto "Scuola" , ma si tiene di volta in volta in



luoghi diversi di un certo territorio a seconda delle necessità e delle possibilità.

Chi l'ha inventata e perché

L'idea di organizzare le scuole alcolologiche territoriali è stata del professor Vladimir Hudolin, lo psichiatra croato che ideò il metodo di trattamento dell'alcolismo che utilizza i Club degli Alcolisti in Trattamento.

La scuola alcolologica è infatti il momento formativo che accompagna il percorso delle famiglie nei CAT e la maturazione culturale della società a proposito dei problemi legati al bere.

“Formazione ed aggiornamento rappresentano il perno del sistema ecologico-sociale nei programmi territoriali. Formazione ed aggiornamento delle famiglie, degli operatori e delle comunità locali sono attivi già a partire dall'inizio dell'attività del primo Club degli Alcolisti in Trattamento in Italia; ma nonostante questo, a causa della rapida crescita del numero dei Club e degli altri programmi per i problemi alcol-correlati, è diventato

imperativo dare maggiore spazio sia nelle ricerche che nel lavoro pratico alla formazione ed all'aggiornamento."

V. Hudolin, 1996.

Essere consapevoli di ciò che accade, sentirsi protagonisti di ciò che si sta costruendo, conoscere la strada che si sta percorrendo, sono tutti elementi che migliorano la qualità della partecipazione ad un percorso.

Questo è un aspetto fondamentale per una metodologia com'è quella dei CAT, che ha capovolto la consueta tendenza a delegare i problemi della propria salute a qualcuno "esperto" che magicamente li risolve, trasformandola in una attiva presa di coscienza di quanto ognuno può fare per il benessere proprio e della propria comunità.

A chi è rivolta

La Scuola Alcolologica Territoriale è composta di tre moduli, in pratica tre tipi diversi di questa scuola, che sono rivolti a diversi destinatari.

Il primo modulo è rivolto a tutte le famiglie che entrano a far parte di un CAT : è un po' come il saluto iniziale a queste persone che hanno scelto di cominciare un cammino nuovo ed anche un po' inconsueto, ed hanno perciò bisogno di capirci qualcosa di più.

Il secondo modulo è rivolto a tutte le famiglie che stanno partecipando ad un CAT da qualche tempo, e poiché il tempo è passato, alcune risposte si sono trovate, ma nuove domande sono comparse. Il "primino" che si era affacciato alle elementari della scuola territoriale, adesso ha bisogno di passare alle superiori. Perciò il secondo modulo è un aggiornamento alle famiglie che stanno continuando a partecipare al Club.

Il terzo modulo è invece rivolto alle famiglie che vivono in una certa comunità, senza avere nessun problema specifico con l'alcool, ma che per vari motivi possono avere interesse a conoscere qualcosa sull'argomento. Per loro è come un giretto di ricognizione, avvicinarsi a qualcosa e dare un'occhiata. Potranno poi decidere che cosa farne.

Da chi è organizzata

Dal Centro Alcolologico Territoriale, che è l'espressione della collaborazione tra i Club ed i servizi pubblici o privati di un determinato territorio, e dovrebbe coordinare i programmi alcolologici territoriali in quella zona.

Non in tutte le realtà in questo momento esiste un Centro Alcolologico Territoriale, ed allora la Scuola territoriale può essere organizzata anche da una Acat, cioè dai Club di quel territorio, se possibile cercando la collaborazione del servizio pubblico.

Chiunque sarà l'organizzatore della Scuola territoriale, è fondamentale che gli incontri siano tenuti da una persona preparata ed aggiornata. Ma soprattutto deve essere qualcuno che vive la vita del Club. Infatti in questo tipo di scuola un po' particolare non s'insegna ciò che si è studiato sui libri, ma ciò che si è sperimentato nella pratica.

I libri aiutano, ma non sostituiscono l'esperienza.

Provate a pensare un momento. Chi avreste preferito come insegnante della vostra scuola guida? Una persona che aveva letto tutto il possibile sui motori e sulle automobili senza averne mai guidata una, oppure un'altra che aveva letto qualche libro in meno ma guidava tutti i giorni in mezzo al traffico cittadino?

L'insegnante per la Scuola Alcolologica Territoriale lo dovete cercare nei Club.

...E CHE COSA NON E'

- Non è un corso di formazione professionale.

Quindi non si danno informazioni specialistiche, come se i partecipanti dovessero diventare piccoli dottori, improvvisate assistenti sociali o improbabili psicologi.

Esistono corsi di studio appositi per chi è interessato a questo. Nella scuola territoriale si parla d'altro.

- **Non è un corso sui vari modi di vedere l'alcolismo**, sui confronti tra tutte le teorie esistenti sull'argomento e sulle più diverse tecniche che sono state inventate allo scopo di "curare gli alcolisti" o, in altri casi, di arricchire chi le aveva inventate. Ci sono altre occasioni di confronti più o meno proficui sulle teorie, mentre la Scuola Alcolologica Territoriale è un momento che fa parte di uno specifico metodo, quello dei Club degli Alcolisti in Trattamento.

- **Non è una riunione del Club.**

La Scuola Alcolologica Territoriale è stata organizzata appositamente per essere un momento formativo. Anche se è condotta con il coinvolgimento in prima persona dei partecipanti, che possono portare le proprie esperienze e riflessioni, queste devono essere sempre ricondotte al momento formativo. Se discutete con le famiglie i loro problemi e le possibili soluzioni, state dimenticando che sono lì per la formazione e state facendo una riunione di Club anziché una Scuola Territoriale. Inoltre che cosa discuteranno nel Club se hanno già parlato di tutto alla Scuola Territoriale?

- **Non è luogo di esibizione di cultura.**

Se siete un po' vanitosi e sentite un irrefrenabile bisogno di sfoggiare le vostre conoscenze, se avete letto tanti libri e non potete tacerlo al vostro prossimo, o se siete alla ricerca di un palcoscenico sul quale gli altri possano ammirarvi, ebbene la Scuola Territoriale non è il luogo giusto per tutto questo. Ma ci sono un'infinità di luoghi, da gruppi privati a congressi cosiddetti scientifici, a teatri di città o di provincia in cui potete soddisfare i vostri bisogni. Le famiglie hanno bisogno d'altro.

- **Non è ...**

tante altre cose ancora che potete aggiungere voi stessi.

I TRE MODULI DELLA SCUOLA ALCOLOGICA TERRITORIALE

Ogni modulo della Scuola Alcolologica Territoriale è un momento specifico, di cui cambiano gli obiettivi, i destinatari e le necessità dal punto di vista organizzativo.

Nello stesso tempo c'è un filo conduttore che unisce questi tre momenti all'interno di una visione comune che è quella specifica della metodologia dei Club degli Alcolisti in Trattamento.

Entriamo allora nello specifico del nostro argomento. Cercheremo di ragionare dal punto di vista di chi si prepara ad organizzare una Scuola Territoriale.

Proviamo allora per ciascun modulo a riflettere sugli obiettivi che abbiamo, su quali siano i nostri destinatari, e su che cosa fare per organizzare l'iniziativa.

SCUOLA TERRITORIALE PRIMO MODULO

Obiettivi

Come abbiamo già detto questo modulo è rivolto alle famiglie che iniziano il percorso nel CAT. Il nostro obiettivo principale è quello di far sì che ogni nuova famiglia che si avvicina al Club possa iniziare il suo percorso nel modo migliore possibile e continuarlo positivamente.

La famiglia sta entrando in un territorio nuovo, è necessario quindi offrire a queste persone una mappa che li aiuti ad orientarsi:

- devono capire dove si trovano;
- devono sentirsi a loro agio;
- devono imparare a parlare la lingua del posto;
- devono sapere dove stanno andando.

Potremmo dire che questi sono gli obiettivi a breve termine, quelli da raggiungere immediatamente durante i dieci incontri della Scuola Territoriale.

Ma ci sono anche obiettivi a medio-lungo termine, che diventeranno evidenti col passare del tempo se il ciclo degli incontri è stato condotto bene :

le famiglie avranno acquisito una immagine positiva si sé e del percorso che stanno facendo; parteciperanno ai vari aspetti della vita del Club senza mostrare quel tipico sguardo disorientato da principiante che non capisce cosa gli sta accadendo intorno; avranno un atteggiamento attivo, come di chi si sente a casa propria; sapranno accogliere ogni nuovo partecipante con calore come fa chi, sentendosi in casa sua, può essere ospitale verso un invitato che suona alla porta.

Detto questo potremmo anche definire il Primo Modulo della Scuola Territoriale come il “Manuale d’istruzione per iniziare una felice vita di Club (e continuarla meglio)”.

Destinatari

Come già detto questo modulo è rivolto a tutte le nuove famiglie che scelgono di entrare a far parte di un CAT.

Dovrebbe essere quindi evidente che non si tratta di un “optional”, di qualcosa che ognuno è libero di scegliere se frequentare o meno. Di solito non sorgono difficoltà quando la partecipazione alla Scuola Territoriale è una consuetudine nella vita dei Club di un certo territorio: solitamente sono gli stessi membri del CAT a raccontare alla nuova famiglia l’esperienza fatta da loro all’inizio, ed a trasmettere loro il desiderio di partecipare.

Poiché al Club è invitata a partecipare tutta la famiglia, anche la Scuola Territoriale è per tutta la famiglia, e non per un singolo. Quando una persona è sola, non ha famiglia, e frequenta per questo motivo il CAT con un “familiare sostitutivo”, alla Scuola è invitato anche questo familiare. Il familiare sostitutivo è come un genitore adottivo: è familiare a tutti gli effetti, come l’altro è genitore a tutti gli effetti.

Se sarete convincenti sull’importanza di partecipare alla Scuola, questo vi ripagherà rendendo più semplici le cose nel percorso successivo : non dovrete perdere tempo in Club a spiegare i perché di ogni cosa, e potrete dedicare le energie di tutti ai problemi delle famiglie, con grande soddisfazione di tutti.

E' d'altronde molto facile partecipando ad un Club indovinare se le famiglie presenti hanno frequentato o meno questo primo momento formativo e d i successivi aggiornamenti: se lo hanno fatto le famiglie sono più a loro agio, più attive, il rapporto con il servitore\insegnante (operatore) è più chiaro.

E' importante che le famiglie vengano informate al momento del colloquio con il servitore\insegnante (operatore) in modo chiaro e preciso sul significato della Scuola Alcolologica Territoriale, per permettere loro di capire che non si tratta di un obbligo in più o di un noioso ritorno ai brutti tempi della scuola, ma di una opportunità al loro servizio per rendere più agevole il percorso successivo.

Dovrebbe essere altrettanto chiaro che non è neanche un "optional" per i servitori\insegnanti il preoccuparsi di organizzare le scuole territoriali che sono necessarie per le famiglie del proprio territorio. Proprio perché noi siamo al loro servizio, non possiamo far mancare alle famiglie qualcosa di tanto importante.

Ma di solito è difficile motivare un altro a fare qualcosa della cui utilità non siamo convinti neanche noi. Non aggiungo altro perché qui si dovrebbe aprire il capitolo sulla necessità di formazione ed aggiornamento dei servitori\insegnanti, che non è l'argomento di questo lavoro. Ognuno di voi che sta leggendo tuttavia potrebbe cominciare col chiedersi a quando risale l'ultimo aggiornamento a cui ha partecipato. Forse alcuni dei problemi che state incontrando sulla vostra strada hanno qualcosa a che fare con questo. E tanti auguri !...

Organizzazione

Un ciclo del Primo Modulo della Scuola Alcolologica Territoriale dovrebbe essere iniziato ogni volta che in un territorio si mettono in contatto con i Club un certo numero di famiglie nuove.

Per far sì che durante gli incontri sia possibile una partecipazione attiva di tutti, il numero di famiglie non deve essere troppo elevato. Si consiglia che all'incirca ogni sei - dieci nuove famiglie che entrano in Club si apra una Scuola Territoriale.

Il territorio da considerare può essere quello che fa capo ad un Centro Alcolologico Territoriale, oppure a quello di una ACAT (l'associazione locale dei CAT).

Non è conveniente che il territorio considerato sia troppo ampio, per non avere Scuole Territoriali troppo affollate o troppo lontane dal luogo di residenza della famiglia, ma neanche troppo piccolo, altrimenti il rischio è che le famiglie di quel territorio siano poche e debbano quindi aspettare troppo tempo prima di poter partecipare alla Scuola Territoriale.

L'ideale sarebbe che il gruppo dei servitori di CAT di ogni territorio programmasse all'inizio di ogni anno il calendario dei diversi cicli di Primo Modulo della Scuola Territoriale necessari. Le esigenze possono essere valutate tenendo conto del numero di Club esistenti nella zona considerata, del numero medio di nuovi ingressi che avvengono in un dato periodo di tempo, e di altri elementi particolari.

Anche se la formazione e l'aggiornamento sono compito dei servitori/insegnanti di CAT, è opportuno che nella valutazione delle necessità e nell'organizzazione siano coinvolte anche le fami-

glie. Un modo molto semplice di farlo è che il Centro Alcológico o l'ACAT organizzino una volta l'anno un incontro dei servitori con i presidenti ,o uno dei membri anziani, dei Club di quel territorio

Poiché è molto importante per le famiglie poter partecipare a questo momento di formazione il più presto possibile rispetto all'inizio della frequenza al Club (bisogna che abbiano la mappa della città prima di essersi persi o di ritrovarsi in difficoltà !) in genere sono necessari almeno due o tre cicli di Scuola Territoriale di Primo Modulo ogni anno, a seconda della estensione del territorio considerato.

Ogni ciclo del Primo Modulo dovrebbe avere la durata di circa 20 ore, ad esempio organizzati in dieci incontri di due ore, a cadenza settimanale.

Esattamente com'è importante che i Club siano distribuiti in ogni paese in modo da essere facilmente raggiungibili da chiunque abbia il desiderio di parteciparvi, così è anche per la Scuola Territoriale. Abbiamo già detto che non si tratta di una scuola intesa come edificio, luogo fisico, ma come un momento di formazione che può svolgersi in periodi diversi in luoghi diversi: un ciclo di scuola in un comune, un altro in un altro. E' una scuola in movimento, si ferma in un luogo, annuncia il suo arrivo, rimane lì il tempo necessario, poi riparte.

L'insegnante.

Ahi, dolenti note! Vi ricordate quante sofferenze, quante cose incomprensibili vi hanno propinato in certi anni bui? Ma anche come d'improv-

viso, arrivata una nuova insegnante, le cose incomprensibili assumevano un senso e vi sentivate all'istante un genio?

Come a dire: quant'è importante avere un buon insegnante. Può cambiare tante cose nella vita. E anche nella Scuola Territoriale.

Intanto l'insegnante di un ciclo di Scuola Territoriale deve essere uno soltanto, dall'inizio alla fine dei dieci incontri. C'è una ragione per questo, anzi ce n'è più d'una.

Se la formazione è la mappa per orientarsi nel territorio offerta alle famiglie, è fondamentale che non sia fonte di confusione, che le indicazioni siano date sempre usando gli stessi simboli, che insomma il linguaggio sia sempre lo stesso: se vi iscrivetevi ad un corso di inglese potreste non essere molto contenti di scoprire che ad ogni lezione l'insegnante cambia e parla una volta in francese e l'altra in portoghese.

Per quanti sforzi si facciano per rendere omogeneo lo stile di conduzione, è evidente che ogni persona ha un modo personale di farlo, e ognuno può farlo bene se rispetta certi criteri, ma non possiamo pretendere che le famiglie impegnino ogni volta le loro energie per entrare in sintonia con lo stile personale di ciascuno di noi.

Inoltre la Scuola Territoriale è probabilmente la prima occasione in cui alle famiglie viene proposta una lettura diversa a proposito dell'alcool e di tutto ciò che vi è collegato, di ciò che è accaduto nella loro vita e della sofferenza che stanno vivendo, ed allora dovrebbe essere evidente l'importanza del rapporto che possono instaurare con questa particolare figura di insegnante.

Se la Scuola Territoriale è frequentata, come dovrebbe, all'inizio della partecipazione al Club, quest'insegnante è la persona che introduce la famiglia in una nuova realtà.

Ritornate un attimo ancora ai tempi della scuola, l'altra, quella con i voti e le pagelle. Vi ricordate quando la materia in cui riuscite meglio era quella dell'insegnante più simpatica? E quando invece non capivate nulla della materia di quel professore con cui eravate in cattivi rapporti?

Se l'insegnante è lo stesso, ci sarà la possibilità che via via dal primo all'ultimo incontro, si instauri un rapporto positivo di conoscenza e di fiducia che renderà le cose più facili, sia per voi che per le famiglie.

Ricordate ancora che le famiglie con problemi legati al bere sono venute spesso in contatto con molti servizi e persone nella ricerca di soluzioni al loro disagio, che sicuramente mentre partecipano alla Scuola Territoriale sono già in contatto con il servitore\insegnante del Club che frequentano, che talvolta sono in rapporto con tribunali, servizi vari o medici per qualche aspetto specifico legato al problema con l'alcool: può diventare veramente intollerabile essere costretti a portare "pezzi" di se stessi di qua e di là e ogni volta dover cercare di entrare in un rapporto positivo con una persona diversa. Non dovremmo chiedere agli altri di sopportare più di quanto non sopporteremmo noi stessi...

C'è infine un aspetto pratico da considerare. E' più semplice organizzare una Scuola Territoriale chiedendo la disponibilità di una persona, che per un certo periodo saprà di avere questo impegno

una volta la settimana, che non cercare di coinvolgere persone diverse, ciascuna delle quali non si sentirà coinvolta del tutto, se non nell'intervento che gli sarà richiesto, e alla fine non si capirà chi ha la responsabilità del buon andamento della Scuola. Provate a immaginare che la scuola di vostro figlio non abbia un preside né un vice-preside o un altro responsabile. Cosa pensate succederebbe quando un insegnante si ammala, quando si guasta il riscaldamento, quando è il giorno dello sciopero?

Quando si è in troppi a occuparsi di qualcosa, alla fine nessuno se ne occupa davvero.

Detto questo, se ancora qualcosa non vi convince su questo punto, forse è bene che rilegiate il capitolo "Che cos'è la Scuola Alcolologica Territoriale" e soprattutto "...e che cosa non è". Forse state cadendo nella tentazione di organizzare un corso di formazione professionale, in cui ci vogliono tanti professionisti perché ognuno parla della sua professione, o altre strane cose.

Ogni servitore di Club è potenzialmente un insegnante, ma nella realtà non tutti possono svolgere bene questa funzione.

Per chiarire un po' le idee in proposito la professoressa Visnjia Hudolin negli anni scorsi aveva definito alcune condizioni necessarie per poter svolgere la funzione di insegnante nelle Scuole Alcolologiche Territoriali: aver partecipato alla Settimana di sensibilizzazione, essere servitore (operatore) in un CAT, partecipare con regolarità alle riunioni degli operatori, mantenere un aggiornamento continuo e partecipare saltuariamente ad un aggiornamento specifico.

Chi viene proposto, o chi si propone per questo compito, deve essere ovviamente ben preparato sugli argomenti da trattare negli incontri, deve essere aggiornato sulla metodologia dei CAT, deve avere anche alcune capacità personali che gli consentano di entrare in un rapporto positivo con gli altri e comunicare in modo efficace.

All'incirca tutto quello che ci vuole per essere un buon servitore-operatore, con in più alcune capacità didattiche, che alcune persone si ritrovano ad avere come caratteristica personale. Gli altri possono cercare di migliorare leggendo il capitolo successivo: "Un po' di didattica".

SCUOLA TERRITORIALE SECONDO MODULO

Obiettivi

Si tratta di fornire un aggiornamento a famiglie che hanno già ricevuto un anno o due prima l'aggiornamento di base del primo modulo.

“L’approccio ecologico-sociale ai problemi alcol-correlati è un concetto dinamico in continuo cambiamento, influenzato dai risultati delle ricerche e dalle nuove esperienze. Gli aspetti metodologici cambiano in modo relativamente rapido, e se non fosse previsto un aggiornamento continuo degli operatori e delle famiglie, molto presto si bloccherebbe la crescita e lo sviluppo dei programmi. L’esperienza dimostra che le conoscenze e la metodologia cambiano nell’arco di due anni, pertanto diventa indispensabile un breve aggiornamento di 4 ore per le famiglie da realizzarsi ogni due anni.”

(Hudolin, 1996)

E' l'esperienza stessa della vita di Club a far emergere nuovi interrogativi nella mente di chi vi partecipa. Il confronto con i problemi delle altre famiglie, con iniziative di altri territori, con i contenuti e le novità provenienti dalle Settimane di sensibilizzazione, da altri corsi o dal congresso annuale dei CAT, sono tutte occasioni che creano nelle famiglie un'attesa di poter capire meglio, di continuare a sentirsi partecipi e protagonisti di ciò che accade.

Se è vero che i Club non sono, e non devono essere, delle isole staccate da tutto il resto del mondo, allora è evidente che attraverso contatti casuali od organizzati come gli Interclub, o dalle pagine delle varie pubblicazioni che in diverse realtà esistono (per noi del Piemonte è InformaClub, ma altre regioni ne hanno di simili, oltre a Camminando insieme che ha carattere nazionale) le famiglie sentono parlare di esperienze o concetti nuovi che possono anche disorientare inizialmente.

Altre esigenze emergono dopo che un certo periodo di esperienza di Club, insieme alla maggiore tranquillità rispetto alla propria situazione personale, ha permesso alle famiglie di guardare a molti aspetti riguardanti i problemi alcol-correlati con occhi diversi, più attenti, forse più disponibili. Emergono domande, dubbi sul modo di funzionare del proprio Club di appartenenza, su come affrontare situazioni particolarmente complesse, sul significato dell'esistenza dei CAT in un territorio, su come accogliere nuove famiglie e tante altre questioni ancora.

E' perciò necessario offrire la possibilità di fermarsi un momento ad approfondire e cercare risposte ai dubbi emersi.

L'altro obiettivo di fondamentale importanza del Secondo Modulo è quello di fornire nuova motivazione a quanto si sta facendo.

Penso sia esperienza di tutti: vi è mai capitato di sentirvi in crisi, un po' stanchi, con la sensazione che tutto fosse estremamente faticoso? Quando si è stanchi, si sa, c'è bisogno di una iniezione di energia. Molti servitori\insegnanti, e molte famiglie, hanno trovato che la possibilità di fermarsi un momento a riflettere, a discutere con gli altri

che stanno percorrendo la stessa strada, è stato per loro molto vantaggioso per uscire dal momento di crisi, ha fornito stimoli nuovi, che hanno permesso loro di riprendere il cammino con più energie e più motivazione.

Le famiglie che non partecipano al Secondo Modulo della Scuola Territoriale, o appartenenti a zone nelle quali i servitori\insegnanti non si sono preoccupati di organizzare la Scuola, si sentiranno presto "tagliate fuori". Questa sensazione negativa si ripercuoterà nei rapporti con il servitore, creando un clima di confusione e di sfiducia.

Mi rendo conto che non vi piacerà sentirlo, ma devo dire che quando le famiglie mancano di aggiornamento, nella maggior parte dei casi questo dipende da una scarsa motivazione del servitore\ insegnante, che in questi casi è il primo a ritenere poco importante l'aggiornamento. Arrabbiatevi pure, ma intanto pensateci su.

Destinatari

Il Secondo Modulo della Scuola Alcolologica Territoriale è destinata a tutte le famiglie che sono inserite in un Club da un certo periodo di tempo, mediamente si ritiene necessario un aggiornamento ogni due anni. Questo non significa che una famiglia che da un anno è membro di Club e che lo desidera non possa partecipare a questo modulo di Scuola Territoriale.

Altro requisito necessario è che la famiglia abbia già partecipato al Primo Modulo. Questo dovrebbe essere scontato, visto che il Primo Modulo è rivolto a tutte le famiglie che iniziano la frequenza al Club, ma ripeterlo non è superfluo: vi sono purtroppo realtà nelle quali per problemi di vario

genere è stato trascurato l'aggiornamento, ed è capitato ad alcuni di partecipare ad un aggiornamento senza mai aver partecipato alla formazione: vale a dire essere iscritti al liceo senza aver frequentato le scuole elementari. Non vi pare un'idea un po' troppo originale? Se vi trovate in un territorio in cui la famiglie dei Club non hanno potuto partecipare al Primo Modulo di Scuola Territoriale, prima di proporre il Secondo Modulo dovete organizzare il Primo e invitare queste famiglie.

Non si tratta dell'unica possibilità di aggiornarsi a disposizione delle famiglie, ma rappresenta il minimo indispensabile necessario per tutti. Altre opportunità possono essere gli Interclub su temi specifici, aggiornamenti monotematici, i congressi che ogni anno vengono organizzati in varie zone d'Italia, quello di Assisi sulla spiritualità antropologica, e quello annuale dei Club degli Alcolisti in Trattamento. Anche la Settimana di Sensibilizzazione, oltre a servire per la formazione di nuovi servitori\insegnanti di Club, può essere utilizzata da famiglie ben motivate come occasione di aggiornamento.

Come per il Primo Modulo, anche al Secondo sono invitate a partecipare le famiglie al completo. Come sempre nella filosofia dei Club, 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 ugualmente è per tutti.

Organizzazione

Il Secondo Modulo della Scuola Alcolologica Territoriale può essere svolto in due o tre incontri di due ore ciascuno, oppure in un fine settimana,

meglio con un programma sociale, come suggerito dallo stesso professor Hudolin.

Ogni anno sarebbe opportuno che il gruppo di servitori\insegnanti (operatori) di un territorio, con una rappresentanza delle famiglie, s'incontrasse per valutare le necessità di aggiornamento. Come già detto per il Primo Modulo, la preparazione dei programmi delle Scuole Territoriali può essere compito del Centro Alcológico, o comunque del gruppo degli operatori in collaborazione con le famiglie.

Per valutare il fabbisogno di aggiornamento per le famiglie già inserite in Club occorre conoscere il numero di nuclei famigliari che stanno frequentando ciascuno dei CAT del proprio territorio da circa un paio di anni, o per le quali si ritiene opportuno un aggiornamento anche prima: ad esempio famiglie che sono particolarmente impegnate nella vita dei Club, nell'associazione o in contatti con altre realtà della rete territoriale, oppure famiglie che hanno partecipato al Primo Modulo in circostanze particolarmente critiche per situazione famigliare o altri motivi e per le quali il servitore\insegnante ritiene opportuno offrire al più presto una possibilità di approfondimento che li aiuti a sentirsi meglio inseriti.

Nella maggior parte dei territori e per ACAT di media grandezza è in genere sufficiente un ciclo all'anno del Secondo Modulo della Scuola Territoriale.

Trattandosi di un momento di aggiornamento, quindi anche di approfondimento, sarebbe bene che il Secondo Modulo venisse organizzato anche per un numero di famiglie non particolarmente numeroso per permettere la partecipazione attiva

di tutti e la possibilità di esprimere dubbi e perplessità in modo da arrivare ad una chiarificazione.

Tutti quelli tra voi che sono in Club da almeno un paio di anni hanno sicuramente potuto notare come le famiglie cosiddette "più anziane" (per carità senza nessuna allusione all'età anagrafica che potrebbe offendere qualcuno...), cioè con due anni o più di partecipazione continuativa alla vita del CAT, cambiano il proprio modo di stare con gli altri e con lo stesso servitore\insegnante, e come sono guardati con un misto d'invidia, incredulità e ammirazione dalle "nuove" famiglie che arrivano.

La loro esperienza, soprattutto quando è consistita di cambiamenti positivi, com'è nella maggioranza dei casi, li rende perciò membri "presti-giosi" del Club ed è quindi importante non perderne la collaborazione ed il contributo positivo che possono offrire.

Come dirò meglio più avanti, nella riunione di organizzazione del Secondo Modulo di Scuola Territoriale la presenza di una rappresentanza delle famiglie può essere molto utile per individuare alcune delle tematiche da affrontare, in modo che l'aggiornamento risponda il più possibile alle reali esigenze dei destinatari.

L'insegnante

Resta valido tutto quanto è scritto a proposito dell'insegnante per il Primo Modulo. Quindi come nel gioco dell'oca: "Tornate alla casella..." cioè al paragrafo "L'insegnante" della Scuola Territoriale - Primo Modulo.

Aggiungete che in questo caso è ancora più importante essere particolarmente aggiornati , pron-

ti a rispondere a tutte le domande ed obiezioni possibili rispetto alle novità riguardanti la metodologia.

Ricordate che nel Secondo Modulo non parlate con dei principianti, ma con famiglie che hanno esperienza: sarebbe piuttosto imbarazzante scoprire che le famiglie ne sanno più di voi.

L'esperienza della Scuola Territoriale è solitamente gratificante, ma non dovrete prendere in giro nessuno fingendo competenze che non avete. E' come un esame, dovete arrivarci preparati.

Dal momento che il Secondo Modulo è anche un'occasione per ritrovare motivazione da parte delle famiglie dopo una parte di cammino, l'insegnante, oltre ad essere ben aggiornato, dovrebbe essere anche ben motivato al proprio ruolo di servitore-operatore del Club. Non si può infatti riuscire a trasmettere qualcosa che non si ha dentro di sé.

SCUOLA TERRITORIALE TERZO MODULO

Obiettivi

I Club degli Alcolisti in Trattamento non esistono soltanto per permettere a chi vive problemi legati all'uso di alcool di risolverli e mantenere l'astinenza: sarebbe una visione vecchia e limitata del problema.

E' noto a tutti voi (almeno spero che lo sia) che i Club si propongono di migliorare lo stile di vita delle persone che ne fanno parte, partendo sì dai problemi con l'alcool, ma per mettere in discussione gli equilibri familiari precedenti, che ruotavano intorno al bere di qualcuno ed in base a questo si organizzavano, a prezzo di sofferenze che tutti voi conoscete.

Non si tratta quindi di qualcosa che riguarda l'alternativa tra bere e non bere, non è il bere l'oggetto principale del percorso proposto dai Club. Proprio per chiarire meglio questo fatto, è stato introdotto da un paio d'anni il termine sobrietà. Ne riparleremo.

"Il Club può accogliere chiunque abbia dimenticato o non abbia mai potuto sentirsi uomo unico ed importante, con tutte le proprie limitazioni e ricchezze, che sono molte in ognuno di noi.

Mi piace pensare ad un Club degli Alcolisti in Trattamento che piano piano si trasforma in un Club della Vita.

... ed allora inizio a sognare: ad un mondo

che non abbia bisogno di Club o ad un mondo che diventi Club; un mondo che non si divida più in due: ricchi e poveri; forti e deboli; sani e malati; ma un mondo che si divida in tante parti quanti sono gli uomini, ognuno unico e importante.

Un sogno certo, un miracolo. Ma se qualche anno fa qualcuno mi avesse prospettato una vita diversa da quella che conducevo immerso nell'alcool, apatico ed inutile, avrei risposto: solo un miracolo!"

Marco Rinaudo, 1992

Ma se si tratta di cambiare il proprio rapporto con la vita, e non solo quello con la bottiglia, allora entra in gioco anche il contesto in cui viviamo, non più solo nella famiglia, ma nel nostro paese, nella comunità di cui facciamo parte.

E' difficile non bere in un ambiente in cui si beve molto, è difficile comunicare in una realtà in cui non si comunica molto, è difficile aprirsi ai rapporti con gli altri quando tutti sono chiusi nel proprio piccolo guscio.

Così si è cominciato a riflettere sul fatto che cambiare lo stile di vita personale e familiare diventa tanto più facile quanto più va in parallelo con un cambiamento più ampio, del contesto in cui si vive, della comunità a cui apparteniamo. In poche parole è necessario lavorare per produrre un cambiamento culturale. Questo farà sì che il Club non sia una specie di oasi dorata in cui si può parlare, capirsi, aiutarsi, mentre fuori dal Club c'è un mondo di lupi da cui è meglio fuggire, nascondersi, mettersi in guardia. Non è questo lo spirito dei Club.

Il Terzo Modulo della Scuola Territoriale ha l'obiettivo di sensibilizzare la comunità locale alle tematiche relative al bere ed al ruolo dei Club degli Alcolisti in Trattamento nella comunità stessa.

Questa sensibilizzazione, se continuata con regolarità nel tempo, può lentamente modificare il modo di considerare il bere, i problemi che ne derivano e l'immagine delle persone che vivono questi problemi.

Si tratta di provocare la messa in crisi della cultura corrente, introducendo concetti ed esperienze nuove, ancora poco conosciute anche se esistenti in Italia fin dal 1979, così che il cadere di certi stereotipi possa portare a ridurre sia l'uso massiccio di alcool senza nessuna consapevolezza dei rischi connessi, sia l'atteggiamento di rifiuto ed emarginazione verso chi si è ritrovato ad avere problemi a causa del bere.

E' un cambiamento culturale analogo a quello che è stato proposto, ed in parte realizzato, in Italia ed in altri paesi, a proposito dei problemi della salute mentale nei decenni passati. L'attenzione ad un lavoro nel territorio con l'obiettivo di provocare questo cambiamento culturale è stato ad esempio al centro delle riflessioni e del lavoro dello psichiatra Franco Basaglia, padre della riforma psichiatrica nel nostro paese, e di Maxwell Jones in Inghilterra.

"...Secondo me, era molto significativo che il più importante aspetto della nostra evoluzione esterna fosse il collegamento sempre maggiore con le scuole. Durante la prima metà del 1969 avevamo fatto progressi enormi nel creare una rete di comunicazione

con alcuni insegnanti scolastici e con gli allievi...

La nostra speranza era che se tutti coloro che lasciavano la scuola nei Borders, fossero venuti a visitarci e avessero imparato qualcosa sull'ospedale locale per malati mentali, i pregiudizi e i fraintendimenti che appartenevano al passato avrebbero avuto la possibilità di sparire...

Noi ritenevamo che gli allievi fossero perfettamente in grado, almeno in alcuni casi, di educare i propri genitori e di informarli. In un decennio tutti i giovani che erano cresciuti nei Borders, sarebbero stati in grado di considerare Dingleton (il locale ospedale psichiatrico, n.d.r.) con un atteggiamento molto più informato e ciò, inevitabilmente, avrebbe influenzato il comportamento delle future generazioni."

(M.Jones, 1987)

E' stato valutato che quando viene coinvolta, direttamente o indirettamente, in una sensibilizzazione una percentuale di popolazione intorno all'uno per cento, questo si traduce in un reale cambiamento culturale. Non è quindi impossibile riuscirci.

Destinatari

Il Terzo Modulo della Scuola Territoriale è rivolto a famiglie che vivono in un certo territorio, ma che non hanno problemi specifici con l'alcool.

Si tratta di un invito fatto a persone che possono avere interesse a sapere qualcosa su argomen-

ti relativi all'alcool e ai CAT per motivi diversi, stimolati da puro interesse culturale, dalla conoscenza di persone che hanno problemi alcool-correlati, da curiosità relative a che cosa siano questi Club che si ritrovano lì in paese, da una certa sensibilità sociale o altro ancora.

I destinatari del Terzo Modulo possono quindi essere un gruppo di persone molto eterogenee, e può essere difficile prevedere in anticipo chi vi troverete di fronte quando iniziate, a meno di richiedere una qualche forma di iscrizione, cosa che presenta vantaggi e svantaggi da valutare attentamente.

Queste persone possono arrivare con aspettative diverse ed è quindi molto importante presentare l'iniziativa con chiarezza per evitare delusioni che possono produrre un effetto completamente opposto a quello che era nei vostri obiettivi.

Nello stesso tempo può essere un'esperienza molto stimolante, che vi permetterà anche di conoscere meglio una parte della vostra comunità con cui non siete abitualmente in contatto, di sentire qual'è il vissuto comune rispetto ad alcuni comportamenti o problemi, di cogliere possibilità di ampliare la rete dei contatti nel territorio ed aumentare quindi le risorse a vostra disposizione per il futuro.

Un tipo di esperienza particolare, vicina nello spirito a questo tipo di Scuola Territoriale, ma non coincidente con essa, che è stata realizzata in molte realtà, è quella di incontri con gruppi specifici di popolazione. Può trattarsi ad esempio di un gruppo di medici di base, di vigili urbani, di allenatori sportivi o altre categorie di persone acco-

munate dall'averne lo stesso ruolo professionale o dal far parte della stessa organizzazione : comunque si tratta di gruppi omogenei, quindi fundamentalmente diversi da un gruppo come quello prima descritto come destinatario del Terzo Modulo di Scuola Territoriale.

In questo tipo di incontri che potremmo chiamare "sensibilizzazione per gruppi omogenei di popolazione" sapete in anticipo che tipo di persone incontrerete, in quanto li avete selezionati voi secondo l'interesse a coinvolgerli per motivi specifici, che è opportuno vi siano il più possibile chiari. Se intendete incontrare un gruppo di medici, l'impostazione dell'incontro ed i suoi contenuti dovranno almeno in parte essere diversi da quelli relativi ad un incontro con allenatori sportivi . I motivi per cui li avete invitati saranno diversi ed è importante che i motivi di questa scelta vengano illustrati chiaramente, insieme ai risultati che vi attendete.

Anche queste iniziative sono utili per tentare di modificare la visione prevalente a proposito del bere, ma non possono sostituire gli incontri con la popolazione generale: infatti l'incontro con un gruppo omogeneo vi permette di fare un lavoro più capillare ma con una sola categoria di persone, mentre l'incontro con persone non selezionate a priori lascia aperta la possibilità che arrivino persone appartenenti ad ambiti diversi con le quali possono aprirsi anche prospettive non previste. Potete organizzare entrambi i tipi di iniziative, purché sempre con la chiarezza dei vostri obiettivi.

Da una Scuola Territoriale ben condotta possono nascere futuri servitori\insegnanti (operatori)

di Club, future collaborazioni con altre realtà, idee per altre iniziative di sensibilizzazione. Tutti quelli che riuscite a sensibilizzare possono diventare persone che vi daranno una mano in futuro.

E ricordate che molte tra le persone che hanno partecipato ad un Terzo Modulo di Scuola Territoriale hanno verificato di avere un personale problema con il bere, che li ha portati ad entrare in un Club. Quindi dovete anche aspettarvi che si produca un aumento del numero di famiglie che partecipano ai Club di quel territorio, e nel tempo ad una loro moltiplicazione.

Nello stesso tempo l'aumento nel grado di conoscenza dei problemi alcoolcorrelati nella popolazione produce quella sensibilizzazione dell'uno per cento che, come già detto, produce un reale cambiamento nella cultura locale.

Organizzazione

Anche il Terzo Modulo può essere programmato annualmente, insieme agli altri due moduli della Scuola Territoriale.

Si tratta di due o tre serate, anche in questo caso condotte dallo stesso servitore\insegnante, in modo da facilitare il rapporto con i partecipanti e permettere che la discussione prosegua con un'impostazione coerente dal primo all'ultimo incontro.

Visti gli obiettivi di questo Terzo Modulo, è molto utile che ogni ciclo venga tenuto in località diverse, così che diventa possibile sensibilizzare di volta in volta la popolazione di diversi comuni o di diversi quartieri di una città.

Le esigenze di organizzare questo tipo di Scuola Territoriale possono essere valutate considerando diversi elementi: può essere necessario portare a conoscenza l'avvio di un Club in una certa località, o invece riparlare dopo un certo periodo di attività per riportare l'attenzione sui problemi relativi al bere, oppure per costruire collegamenti con altri gruppi o realtà scolastiche o lavorative del territorio. Ognuna di queste esigenze è una buona ragione per organizzare un Terzo Modulo, sapendo che mentre cercate di ottenere tutto questo, state comunicando con le persone in un modo che permetterà loro di andare un po' in crisi e così di modificare i loro punti di vista : in una parola li state sensibilizzando.

Organizzatori potranno essere il Centro Alcolologico di quel territorio, oppure l'ACAT, meglio se in collaborazione con uno o più servizi pubblici che collaborano nei programmi alcolistici.

Gli inviti alla popolazione, visto che può essere difficile e costoso invitare ogni cittadino personalmente, possono essere fatti a gruppi o associazioni esistenti in quella zona, alle scuole, alle parrocchie e a qualsiasi altra realtà organizzata della quale fanno parte molte persone. Dovete considerare che è anche più probabile che persone abituate ad incontrare altri per portare avanti attività ed iniziative di vario genere, siano più disponibili ad uscire di casa per incontrare anche voi.

E non dimenticate di fare un invito personale ad alcune figure che in ogni realtà sono particolarmente significative, perché conosciute da tutti nel paese, perché godono di una certa stima, perché il loro punto di vista è tenuto in considerazione o perché gli altri tendono a rivolgersi loro in

situazioni difficili. Sono i cosiddetti "leaders di comunità": ad esempio il sindaco, il parroco, il medico di base o alcuni medici di base, certi insegnanti, l'allenatore della locale squadra di calcio o di pallavolo e chiunque altro ritenete significativo nella vita di quella comunità.

E' chiaro che una buona organizzazione di un Terzo Modulo di Scuola Territoriale presuppone di avere una buona conoscenza della realtà nella quale la Scuola verrà organizzata. Se pensate di non avere questa conoscenza, è buona cosa dedicare un po' di tempo, con l'aiuto di qualche persona ben inserita nella comunità locale, a procurarvela.

Riuscire a coinvolgere qualcuna di queste persone potrà avere un effetto estremamente positivo, perché essendo in contatto a sua volta con molti altri, la sensibilizzazione di uno potrà sensibilizzare molti altri senza altro lavoro per voi.

Al contrario dimenticarvi di alcune di queste figure può costarvi caro: talvolta trascurare di coinvolgere nel vostro progetto un leader può voler dire ritrovarselo contro. E siccome è una persona che ha credibilità nei confronti di tanti altri, il vostro intervento può rivelarsi non solo inutile ma addirittura controproducente.

Ricordate anche che la sensibilizzazione non è qualcosa che, fatta una volta, vale per sempre. Ogni persona è quotidianamente bombardata da una gran quantità di messaggi, e per quanto riguarda il bere i messaggi sono perlopiù di segno opposto a quelli che possono provenire dal mondo dei Club. Potete riuscire a mettere in crisi gli stereotipi più diffusi a proposito dell'alcool e pro-

vocare una riflessione più approfondita soltanto se il vostro messaggio si fa sentire di tanto in tanto.

Guardatevi intorno: il messaggio che invita a bere ricordando i mille favolosi vantaggi che ne ricaverete è dappertutto, bello e invitante. Il vostro messaggio che riguarda i vantaggi di una vita sobria deve essere altrettanto presente, bello e invitante. E di tanto in tanto deve tornare a farsi sentire. Un appuntamento ogni anno con la comunità locale potrebbe essere una buona idea per ricordare che ci siete.

L'insegnante

Un buon insegnante per il Terzo Modulo, oltre a possedere i requisiti già descritti per i Moduli precedenti, quindi essere servitore\operatore di Club, formato ed aggiornato, che partecipa alle riunioni mensili dei servitori\operatori e ad altri aggiornamenti, dovrebbe avere una certa esperienza nella conduzione di incontri pubblici.

E' infatti necessario avere la capacità di tenere viva l'attenzione di persone che, a differenza degli altri due moduli della Scuola Territoriale, non sono mossi da un problema personale o familiare, quindi probabilmente con una motivazione più limitata a discutere di questi temi; occorre saper rispondere a obiezioni da parte di persone che possono avere inizialmente anche una posizione molto critica nei confronti dei punti di vista che voi sostenete; occorre saper essere convincenti e saper mantenere un tono di dialogo e di confronto senza cadere nelle provocazioni o scivolare su toni aggressivi.

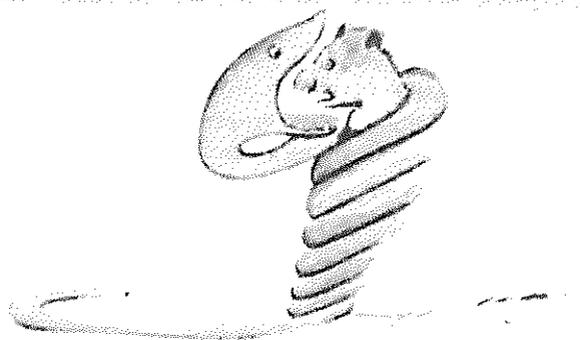
Si tratta di catturare l'attenzione delle persone che partecipano a questa Scuola Territoriale e di

far loro accettare il vostro tentativo di rimettere in discussione alcune loro convinzioni, e magari anche di ottenere che alcuni tra loro collaborino con voi in futuro.

E' meglio quindi che l'insegnante per questo Terzo Modulo non sia un principiante né come servitore di Club né come formatore: se siete all'inizio è meglio che cominciate dalle cose più semplici, che osserviate se possibile servitori più esperti nel loro ruolo di insegnanti, e vi confrontiate con il gruppo dei servitori/operatori della vostra zona per essere aiutati a valutare le vostre possibilità.

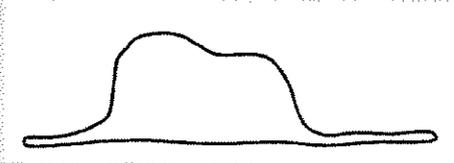
UN PO' DI DIDATTICA

“Un tempo lontano, quando avevo sei anni, in un libro sulle foreste primordiali, intitolato “Storie vissute della natura”, vidi un magnifico disegno. Rappresentava un serpente boa nell'atto di inghiottire un animale”. Eccovi la copia del disegno.



*C'era scritto: “I boa ingoiano la loro preda tutta intera, senza masticarla. Dopo di che non riescono più a muoversi e dormono durante i sei mesi che la digestione richiede”.
Meditai a lungo sulle avventure della jungla. E a mia volta riuscii*

a tracciare il mio primo disegno. Il mio disegno numero uno. Era così:



Mostrai il mio capolavoro alle persone grandi, domandando se il disegno li spaventava. Ma mi risposero: "Spaventare? Perché mai uno dovrebbe essere spaventato da un cappello?" Il mio disegno non era il disegno di un cappello. Era il disegno di un boa che digeriva un elefante. Affinché vedessero chiaramente che cos'era, disegnai l'interno del boa. Bisogna sempre spiegarle le cose, ai grandi. Il mio disegno numero due si presentava così:



Questa volta mi risposero di lasciare da parte i boa, sia di fuori che di dentro, e di applicarmi invece alla geografia, alla storia, all'aritmetica e alla grammatica. Fu così che a sei anni io rinunciai a quella che avrebbe potuto essere la mia gloriosa carriera di pittore. Il fallimento del mio disegno numero uno e del mio disegno numero due mi aveva disanimato. I grandi non capiscono mai niente da soli e i bambini si stancano a spiegarli tutto ogni volta. Allora scelsi un'altra professione e imparai a pilotare gli aeroplani. Ho volato un po' sopra tutto il mondo, e veramente la geografia mi è stata molto utile. A colpo d'occhio posso distinguere la Cina dall'Arizona, e se uno si perde nella notte, questa sapienza è di grande aiuto.

Ho incontrato molte persone importanti nella mia vita, ho vissuto a lungo in mezzo ai grandi. Li ho conosciuti intimamen-

te, li ho osservati proprio da vicino. Ma l'opinione che avevo di loro non è molto migliorata.

Quando ne incontravo uno che mi sembrava di mente aperta, tentavo l'esperimento del mio disegno numero uno, che ho sempre conservato. Cercavo di capire così se era veramente una persona comprensiva. Ma, chiunque fosse, uomo o donna, mi rispondeva: "E' un cappello".

E allora non parlavo di boa, di foreste primitive, di stelle. Mi abbassavo al loro livello. Gli parlavo di bridge, di golf, di politica, di cravatte. E lui era tutto soddisfatto di avere incontrato un uomo tanto sensibile."

(A. de Saint-Exupéry, Il piccolo principe)

Dopo che il Piccolo Principe ci ha fatti riflettere sulle difficoltà di comunicare, sulla possibilità di venire fraintesi dai nostri interlocutori, vediamo come possiamo metterci un po' al riparo da questi rischi.

Anche se voi non siete insegnanti di professione, il ruolo che vi accingete a svolgere nella Scuola Territoriale non è meno serio ed importante di quello di un insegnante di qualsiasi altro tipo di scuola.

Vediamo allora alcuni ingredienti essenziali perché chi vi ascolta non sia indotto a vedere cappelli quando voi mostrate loro serpenti che mangiano elefanti...

POSIZIONE ATTIVA dei partecipanti ...

La Scuola Territoriale è un momento che si colloca all'interno del percorso di Club. Abbiamo già visto come il passaggio da una posizione passiva, di delega della soluzione dei propri problemi ad altri, ad una attiva, di protagonismo nel prendere in mano la propria situazione, sia uno dei cambiamenti fondamentali introdotti dal metodo Hudolin.

Così sarebbe strano che la Scuola Territoriale non avesse questa stessa caratteristica, dal momento che introduce la famiglia alla vita di Club e le accompagna, oppure si rivolge all'esterno per parlare di

questa esperienza. Un messaggio che ha una impostazione coerente fra i diversi momenti è sempre più credibile.

Compito dell'insegnante è quindi quello di stimolare il più possibile i partecipanti ad intervenire con le proprie esperienze e punti di vista. Le famiglie che vivono un problema con l'alcool in realtà sanno su questo argomento molte più cose di quanto loro stesse pensano, e di quanto talvolta pensano i servitori (operatori). Così il vostro compito è il più possibile di fare in modo che i partecipanti siano incoraggiati e guidati nell'esprimere questi contenuti e su questo costruire insieme il percorso formativo.

Assumere una posizione attiva in una esperienza permette di sentirsi protagonisti, ed è quindi chiaro che le persone saranno più motivate a partecipare, ed i contenuti saranno fatti propri più facilmente.

Se alla fine della Scuola Territoriale conoscerete la voce di ciascuna delle persone che vi ha partecipato, allora avete lavorato bene. Altrimenti la prossima volta potete cercare di migliorare.

... E POSIZIONE NON AUTORITARIA dell'insegnante...

che è il naturale completamento del punto precedente.

Ci sono poche cose ma fondamentali:

- se parlate sempre voi non possono parlare gli altri;
- se fate affermazioni con tono che non ammette repliche è improbabile che qualcuno abbia il coraggio di replicare. Lo farà forse qualcuno animato da spirito di polemica, ma questo non è l'obiettivo di una Scuola Territoriale ben condotta;
- se ascoltate con aria di sufficienza o impazienza il malcapitato che ha avuto il coraggio di intervenire, non ripeterà l'esperienza;
- se non riprendete l'intervento per inserirlo nell'argomento che state trattando, il solito malcapitato avrà l'impressione di aver detto una cosa inutile e non parlerà mai più.

Insomma se volete lavorare in un clima vivace e partecipato dovette essere incoraggianti, valorizzare gli interventi fatti, anche esprimere disaccordo se è il caso, ma sempre riconoscendo importanza a ciò che è stato detto. Anche un punto di vista su cui siete in disaccordo può essere importante per riflettere, discutere, spiegarsi meglio. Non è certo meglio se i vostri interlocutori vi ascoltano in silenzio, ma non vi capiscono e si tengono il proprio punto di vista senza discuterne. Voi potreste anche avere la sensazione che tutto sia andato benissimo perché tutti vi hanno lasciato parlare senza interruzioni, ma in realtà il vostro lavoro ha lasciato tutto come prima, senza produrre nessun cambiamento, quindi inutile.

Nelle prossime pagine troverete uno schema generale con alcuni suggerimenti su come e quando è possibile favorire il coinvolgimento dei partecipanti utilizzandolo in maniera positiva.

VERIFICA DEL FEED-BACK

Strettamente legato al punto precedente. Letteralmente significa "controreazione", reazione ad uno stimolo, risposta. E' ciò che si utilizza per capire se si sta comunicando in maniera efficace, se la comprensione del linguaggio utilizzato è buona, se le persone sono interessate e partecipi, se si è riusciti a coinvolgerle in modo positivo, in breve se le cose stanno funzionando a dovere.

Dovete imparare a cogliere con immediatezza i segnali che vi vengono inviati, ma non è molto difficile. Dovete intanto ricordarvi che noi esseri umani non comunichiamo solamente con le parole, ma anche con lo sguardo, i gesti, i movimenti del corpo. Anzi questo modo di comunicare, cosiddetto "non verbale", è il più immediato e soprattutto il più sincero: è molto più difficile mentire con il corpo che con le parole. A patto che l'interlocutore sappia capire questo tipo di linguaggio.

Ad esempio non c'è bisogno di un discorso, dovrebbe bastare uno sbadiglio od uno sguardo fisso nel vuoto per farvi capire che forse state annoiando qualcuno, oppure un ripetuto movimento della gamba o un agitarsi sulla sedia per darvi il messaggio che qualcuno sta

diventando nervoso. Può essere che quella persona sia in disaccordo ma non osi esprimerlo a parole, o che stia trovando faticoso e difficile il vostro modo di parlare.

In questi casi quando avete ricevuto il messaggio noia o nervosismo o altro ancora, dovrete rispondere in modo adeguato, ad esempio smettere di parlare e cercare di coinvolgere gli altri, mettere in discussione ciò che avete detto, utilizzare un disegno o un'immagine che possa risvegliare l'interesse. Le persone vi stanno dicendo qualcosa: non è né simpatico né utile fare finta di niente e continuare per la vostra strada.

Consiglio pratico: se volete sapere qualcosa sulla comprensione del vostro messaggio è meglio non chiedere "Avete capito?" come se fossero bambini o alunni un po' deficienti che potrebbero non essere alla vostra altezza, mentre è più utile chiedere "Sono riuscito a essere abbastanza chiaro?" perché molto spesso è l'insegnante che parla in modo complicato e difficile ad impedire la comprensione.

Il "feed-back" non è qualcosa che è sufficiente avere una volta per tutte, ad esempio alla fine di un incontro, chiedendo se è stato tutto chiaro. E' invece una specie di verifica costante di quel che state facendo, che vi serve man mano che andate avanti nell'incontro. In ogni momento dovete lasciare in voi uno spazio di attenzione a ciò che vi accade intorno, osservare le persone spostando lo sguardo da una parte all'altra della stanza, rivolgervi alle persone di tanto in tanto, chiedere il loro punto di vista, in sostanza interagire con loro per avere sempre le informazioni utili a capire se continuare, se modificare qualcosa. Non siete lì per recitare la lezione a qualcuno che vi ascolta, ma per fare un percorso insieme a queste persone, e da questo di sicuro imparerete qualcosa anche voi.

CHIAREZZA E SEMPLICITA'

Le persone che partecipano ad una Scuola Territoriale sono diverse per età, professione e titolo di studio. Dovete essere il più possibile sicuri di farvi capire da tutti.

E' quindi essenziale che per ciascun incontro siano chiari i punti che volete toccare, che non devono essere troppi, in modo da permettere un approfondimento ed una discussione.

Anche la scelta del linguaggio è fondamentale: sono quindi da dimenticare, se l'insegnante è un professionista, i termini del linguaggio tecnico e professionale. Per chi appartiene ad una certa professione certe parole sono una specie di scorciatoia per spiegarsi rapidamente con un collega, ma per tutti gli altri sono una specie di codice cifrato. Inoltre siccome è facile che le parole di un codice cifrato vengano fraintese, può succedere che le persone capiscano il contrario di ciò che voi credevate di aver spiegato. E le conseguenze possono essere anche molto serie.

Consiglio a tutti di fare prima un po' di esercizio: provate davanti allo specchio ciò che volete spiegare, cercate di notare quando state usando una parola del vostro "gergo professionale", fermatevi e traducetela in linguaggio comune. Sarà molto utile a migliorare la qualità della Scuola Territoriale che organizzerete e, se la prendete con un po' di spirito, anche divertente.

Questo esercizio è consigliato a tutti, perché chiunque può essere portato a parlare in modo complicato e contorto, ma è obbligatorio per i medici: le parole del codice cifrato di noi medici sono talmente tante che il rischio di non farsi capire è molto alto.

RIDONDANZA dei concetti principali

Cioè ripetere nel corso di un incontro ciò che considerate fondamentale rimanga alle persone che vi hanno partecipato, o sottolineare quando lo stesso concetto ritorna a proposito di temi diversi: ad esempio "stile di vita" o "famiglia" sono punti cardine. Dovete sottolineare l'importanza rispetto a molte altre cose di cui parlate, e far notare se è un concetto che avete già incontrato in un incontro precedente o su cui tornerete in qualcuno degli incontri successivi.

UN FILO LOGICO...

...che deve legare ciascun incontro al successivo.

Ogni incontro di Scuola Territoriale non è qualcosa a se stante, isolato da ciò che viene prima e dopo, ma un unico percorso formativo che inizia al primo incontro e si conclude all'ultimo. Ripetiamo quindi, a proposito di ridondanza dei concetti principali, che la Scuola Territoriale deve essere condotta da un unico insegnante dall'inizio alla fine proprio perché sia possibile mantenere questo filo.

Potete immaginarlo come il filo di Arianna, quello che permise a Teseo di orientarsi e uscire dal labirinto dopo aver ucciso il mostruoso Minotauro. Voi dovete essere come Arianna, tenere in mano il filo, e permettere a chi è nel labirinto dell'alcool di orientarsi e uscire all'esterno.

UN CLIMA EMOTIVO BUONO

E' il presupposto di partenza per poter fare tutto quello che ho spiegato ai punti precedenti ed è nello stesso tempo qualcosa che si costruisce man mano che andate avanti nella Scuola Territoriale, utilizzando una comunicazione semplice e chiara, coinvolgendo le persone attivamente e prestando attenzione alle risposte, valorizzando il contributo di ciascuno.

Nella maggior parte dei casi non sorgono problemi particolari, ma anche in questo caso è importante che l'insegnante sia attento a cogliere segnali di disagio da parte di qualcuno, o di tensioni tra le persone o nei confronti dell'insegnante stesso.

In questo caso è bene non fare finta di niente, ma cercare di capire che cosa stia succedendo, per chiarire subito il problema prima di proseguire, oppure per proporre la possibilità di parlarne al termine dell'incontro se avete la sensazione che ci sia qualcosa di molto personale. E' probabile che dopo questo possiate proseguire tranquillamente.

Il clima che si dovrebbe respirare in una Scuola Territoriale è come quello di un Club: le persone non sono ciascuno un'isola chiusa in

sé, ma un gruppo unito da problemi simili e da comuni aspettative, ciascuno dovrebbe sentirsi a suo agio e sentire che è possibile esprimersi liberamente, la posizione di ognuno dev'essere di dialogo e non di giudizio.

E soprattutto ricordate che voi non siete fuori da quel contesto, siete un protagonista come gli altri di ciò che sta avvenendo, quindi anche per voi stessi è importante sentirsi emotivamente bene in quella situazione. Se avvertite disagio è bene utilizzare questa come una utile informazione, un feed-back che arriva da voi stessi: c'è qualcosa che va cambiato. Se non riuscite da soli confrontatevi con gli altri servitori\insegnanti del vostro territorio per trovare una soluzione, o con qualcuno degli operatori più esperti.

Alla fine della Scuola Territoriale potete anche proporre un momento di tipo conviviale per rinforzare l'esperienza positiva appena conclusa.

PER OGNI INCONTRO

Una proposta di schema generale,
una traccia di lavoro

Gli incontri di una Scuola Territoriale possono essere organizzati secondo uno schema generale che preveda di lavorare in momenti diversi con strumenti diversi.

Non è uno schema rigido, ma una traccia che può anche essere modificata secondo le esigenze e l'esperienza di ciascuno. Per i principianti può essere un buon inizio ed una guida.

LE DOMANDE INIZIALI

(ovvero come coinvolgere fin da subito i partecipanti)

A che cosa serve?

A far sentire alle famiglie presenti che la Scuola Territoriale è organizzata per loro e con loro.

A far capire che questa scuola è diversa dalle altre scuole che ciascuno sicuramente ha frequentato in passato.

A creare l'aspettativa di poter trovare alcune risposte.

A cominciare a far conoscenza con i partecipanti, capire chi sono, che esperienze hanno, cosa pensano, come si esprimono.

Come farlo

Se siete al primo incontro potete iniziare spiegando dove si trovano e perché. Iniziate cioè a spiegare che quello è il posto in cui trovare la mappa del territorio, o l'aggiornamento della stessa mappa.

Qualunque sia il modulo che state iniziando dovete per prima cosa dare queste informazioni.

Prima di proseguire potete rileggere l'introduzione.

Quindi potete presentare il tema dell'incontro che state iniziando, e siccome questa è una scuola organizzata per loro ma anche con loro, potete chiedere il loro punto di vista, o la loro esperienza, o le loro curiosità rispetto al tema dell'incontro.

Ricordate che le persone non arrivano alla Scuola Territoriale senza sapere nulla e senza nessuna esperienza: se parlate di salute ciascuno avrà una sua idea di che cosa si tratta, se il tema è la famiglia ognuno che sia arrivato al mondo ha o ha avuto una qualche esperienza di famiglia, se si tratta di alcool e dei suoi effetti probabilmente i presenti ne sanno molto più di voi anche se lo esprimeranno con altre parole.

Mentre le persone parlano può essere utile prendere nota in modo sintetico su una lavagna (che sarebbe utile procurarsi sempre, insieme ad una lavagna luminosa per la proiezione dei lucidi) di ciò che viene espresso. E' un modo di valorizzare gli interventi delle persone, e vi facilita il passaggio alla fase successiva.

Come passare alla fase successiva

Se avete stimolato e guidato bene gli interventi nella fase precedente, in modo che fossero attinenti all'argomento che state affrontando, ora non dovete fare altro che raccogliere i contributi dei partecipanti, che saranno lì sulla lavagna a disposizione, per sistematizzarli e completarli con il vostro contributo.

Ci saranno cose che dovete aggiungere, altre che richiedono una discussione perché possono esprimere concetti o luoghi comuni da superare, ma in ogni caso ricordate che tutti i contributi che le persone portano sono utili.

Inoltre iniziare l'incontro con il coinvolgimento diretto dei partecipanti vi permette anche di avere fin dall'inizio un'idea di chi siano i vostri interlocutori, quindi questo costituisce già un feed-back che vi permette di adattare meglio il vostro modo di condurre il seguito dell'incontro alle persone che vi partecipano.

L'USO DI IMMAGINI

A che cosa servono

Ricerche approfondite sulla comunicazione con le immagini hanno dimostrato che una persona normale ricorda il 10-15 per cento di ciò che gli viene detto con le parole, il 30-35 per cento di ciò che vede, ma il 50 per cento di ciò che vede e sente contemporaneamente.

Mi pare questa considerazione sia sufficiente da sola a motivare ciascuno di noi ad utilizzare anche un codice visivo, cioè l'immagine, insieme al codice verbale, cioè la parola.

Se volete essere ricordati, o meglio se volete che i vostri messaggi siano ricordati, ditelo con le immagini.

Come devono essere

Immagini semplici, meglio se colorate, schemi chiari e di facile comprensione. Non cercate di spiegare diverse cose con la stessa immagine: non riuscirete probabilmente a spiegarne neanche una.

Mostrare un lucido o una diapositiva su cui avete scritto lunghe frasi, e leggerle, non è propriamente quello che si intende per "immagine". L'effetto di solito è una macchia scura di lettere, spesso difficili da leggere che di solito hanno un prodigioso effetto di annoiare o di innervosire chi vi ascolta.

Un'immagine è un modo sintetico di richiamare un concetto, non deve spiegare tutto, deve attirare l'attenzione e tenerla desta mentre le vostre parole spiegano e sollecitano gli altri ad intervenire.

E' come la copertina di un libro, come la locandina di un film: dentro non c'è tutta la trama, c'è il senso di quell'opera, c'è abbastanza da far venire voglia di leggerla o vederla, al massimo poche notizie, il nome del regista, gli attori principali.

Come utilizzarle

Le immagini non sono sufficienti da sole a spiegare concetti, ma sono un ausilio per aumentare efficacia e chiarezza del vostro messaggio. Parole ed immagini vanno quindi utilizzate come due strumenti di comunicazione che vanno di pari passo e la cui validità si rafforza reciprocamente.

L'immagine non è quindi una trovata per non dover parlare o per non dover imparare a farlo nel modo migliore: non è un buon sistema scrivere su un lucido tutto quello che v'immaginate di dover dire per poter così semplicemente leggere: non siete scolari di prima elementare che devono leggere la lezione o ripetere a memoria quello che è scritto da qualche parte.

L'immagine può essere ciò che introduce l'argomento che state proponendo, può accompagnare il momento in cui volete esprimere un concetto importante, può sottolineare il passaggio da un aspetto ad un altro del vostro argomento, può mettere un punto fermo, una conclusione.

LA DISCUSSIONE

Come animarla

Se nella parte iniziale dell'incontro avete raccolto già alcuni pareri ed esperienze dei partecipanti, questo è il momento di riprenderli ancora in considerazione, per discuterli alla luce dei nuovi stimoli che avete dato con il vostro intervento. Se per qualche ragione non l'avete fatto all'inizio, adesso è ora di farlo.

E' probabile che su alcuni argomenti le esperienze dei partecipanti ed i concetti che voi avete introdotto s'incontrino perfettamente rinforzandosi gli uni con gli altri senza difficoltà, mentre su altri temi è possibile che il vostro intervento abbia introdotto elementi nuovi di riflessione che hanno messo in crisi i punti di vista iniziali; in questo caso la discussione dovrà essere più approfondita, per dare a tutti la possibilità di esprimere le proprie perplessità, alle quali dovete rispondere con attenzione e chiarezza.

Pensate al tempo che è stato necessario a voi per ammettere la necessità di cambiare il vostro punto di vista su qualcosa: perché pensate che gli altri non abbiano diritto alla stessa pazienza che qualcun'altro a suo tempo ha avuto con voi?

Come guidarla

La partecipazione alla discussione va incoraggiata, soprattutto se si tratta dei primi incontri del Primo Modulo. Non è sufficiente fare un distaccato invito del tipo "Bene ora discutiamo" oppure "Qualcuno ha qualcosa da dire?". Se il vostro invito ha un tono gelido, come potete pensare che la risposta non lo sia?

Un buon stimolo può essere spendere due parole su quanto pensate sia importante avere la possibilità di scambiarsi punti di vista diversi. Può essere utile farlo anche quando dopo un primo intervento gli altri tacciono, o quando è sempre la stessa persona ad intervenire. Sarebbe bene evitare che parlino sempre le stesse persone.

Sarebbe anche una buona cosa evitare che sià sempre l'insegnante a rispondere ad ogni intervento, creando sempre un dialogo a due. E' invece più interessante che il punto di vista o l'esperienza di una persona sia seguita dalla proposta agli altri partecipanti di discuterla, di aggiungere la propria esperienza, di esprimere altri punti di vista.

In questo modo è più facile creare una situazione di partecipazione attiva, oltre al fatto che questo modo di interagire faciliterà il crearsi di quel clima emotivo favorevole di cui si è detto in precedenza, e di una reale dimensione di gruppo.

A che cosa fare attenzione

Naturalmente in primo luogo a lasciare il tempo perché anche gli altri possano intervenire. E' del tutto inutile proporre una discussione se in realtà avete sempre parlato voi e sono rimasti pochi minuti a disposizione. Può essere anche profondamente irritante per chi riceve un invito così falso. Non è un buon modo di conquistare la fiducia dei vostri interlocutori.

Cercate di mantenere la discussione nell'ambito dell'argomento di quell'incontro. Non c'è bisogno di toccare in modo superficiale gli argomenti tutti in una volta, quando avete tutto il tempo per approfondirli a dovere uno alla volta. E' preciso compito dell'insegnante quello di mantenere sempre l'attenzione sul tema che è oggetto di ciascun incontro. Di solito è sufficiente ricordare che in un successivo incontro si potrà parlare anche di quell'altro argomento.

Attenzione, soprattutto per quelli tra voi che amano il protagonismo, a non utilizzare lo spunto del primo intervento o della prima domanda per riprendere subito la parola e continuare così direttamente fino allo scadere del tempo a disposizione. Anche questo non è molto leale verso le famiglie che avete invitato. Non potete aspettarvi che si rendano protagonisti se continuate voi a ripetere un vecchio modello che è quello della delega all'esperto. Non c'è un solo modo di essere esperti in qualcosa, provate a pensarci.

LA SINTESI ...

... dei concetti principali

Esposti e dibattuti tutti i punti di vista, raccontate tutte le esperienze, ecco giunto il momento di arrivare ad una sintesi.

E' importante mettere insieme i pezzi, riassumere brevemente i punti toccati nell'incontro, evidenziando eventualmente anche quelli su cui ci sono state più difficoltà, ma per far confluire tutto questo in uno o alcuni punti conclusivi.

Chi ha partecipato deve andare a casa con la sensazione chiara di portarsi via qualcosa di più e di diverso da quello che aveva prima nella propria borsa. Deve sapere che non ha perso il proprio tempo in qualcosa di confuso, ma sentirsi arricchito da qualcosa di utile.

UN ACCENNO...

... all'incontro successivo

Può essere utile prima di salutarsi comunicare quale sarà l'argomento dell'incontro successivo. E' importante farlo anche nel caso abbiate distribuito alle famiglie un calendario con gli argomenti dei vari incontri.

Il titolo di un incontro può non essere sufficiente a chiarire l'importanza del prossimo argomento, mentre possono bastare poche parole per richiamarvi l'attenzione.

I vostri obiettivi in questi pochi minuti sono quello di incuriosire i partecipanti a proposito del prossimo incontro e di creare qualche aspettativa .

In pratica dovete far venire a tutti una gran voglia di tornare la prossima volta.

PRIMO MODULO

Ci occuperemo ora dei singoli incontri di Scuola Territoriale.

S'intende che a ciascuno di questi può essere applicato lo schema proposto nel capitolo precedente. Quello che dirò in questa parte riguarda quindi soprattutto i contenuti. Un incontro riuscito è quello che riesce a mettere insieme bene entrambi questi aspetti.

"Forma senza contenuto è vuota, contenuto senza forma è vano"

(E. Kant)

P.S. Poiché non ho la pretesa di aver esaurito completamente diversi argomenti e poiché quella che vi presento non è l'unica proposta possibile, potete usare lo spazio a sinistra del testo per le vostre annotazioni o aggiunte!

PRIMO INCONTRO:

CHE COS'È LA SALUTE

Tenete presente che si tratta del primo incontro, che le persone solitamente non si conoscono tra loro, poiché appartengono a club diversi della zona, e che non necessariamente conoscono già l'insegnante.

L'importanza di conoscersi

Per prima cosa quindi: PRESENTATEVI. Il maiuscolo non è un errore di stampa.

Anche se siete un servitore/insegnante (operatore) di Club, anche se avete un titolo di studio, anche se dove lavorate magari vi chiamano "dotto-re", non è detto che siate così celebri che tutti debbano conoscervi. Per lo meno non più di quanto voi conosciate tutti gli altri. Presentarsi è quindi solo un modo educato di segnalare che si è lì per fare qualcosa insieme e di sicuro si sta meglio insieme se si conosce il nome degli altri che sono seduti lì con noi.

Quindi dopo esservi presentati voi, invitate ciascuno degli altri a fare lo stesso. Non c'è bisogno che tutti raccontino la loro vita, anzi è una cosa da evitare, ma il proprio nome, la composizione della propria famiglia, il comune in cui si vive, il Club di cui si fa parte, qual'è l'occupazione di ciascuno, sono notizie che possono essere date in meno di un minuto. Ricordate che è invitata la famiglia, non una persona, quindi è la presentazione della famiglia, anche nel caso che per qualche motivo non tutti siano presenti.

Vi consiglio di non sottovalutare l'importanza di questo momento: è un passo importante perché tutti comincino a sentirsi un po' più a loro agio.

Vi è mai capitato di essere invitati ad una festa dove non conoscete la maggior parte delle persone? All'inizio è un po' imbarazzante, poi di solito chi l'ha organizzata fa le presentazioni e tutto comincia ad andare meglio. Se però questo non accade il disagio continua: se siete abbastanza disinvolti di solito vi avvicinate voi stessi agli altri e provate a togliere voi stessi e gli altri dall'imbarazzo.

Ma sarebbe antipatico che alla Scuola Territoriale qualcuno dovesse alzarsi per chiedervi chi siete, o per proporre di fare le reciproche presentazioni. Non è questo quello che s'intende per un buon inizio.

Conoscere la Scuola

Una volta presentate le persone potete passare a presentare la Scuola Territoriale. Voi direte che se le famiglie sono lì è perché qualcuno gliene ha già parlato. Certo, di solito è il servitore/insegnante (operatore) di Club che invita le famiglie a par-

tecipare alla Scuola, sia nel corso del colloquio iniziale, che durante la riunione di Club in cui comunica che sta per iniziare il nuovo ciclo della Scuola stessa. Ma è meglio non dare troppe cose per scontate, a volte si possono avere delle sorprese. D'altronde le persone sono lì con voi, è con voi che lavoreranno per diverse settimane e può essere piacevole sentire dalla vostra viva voce la spiegazione del perché vi trovate lì insieme. Anche questo non richiede più di un minuto, due minuti se parlate lentamente con lunghe pause tra una parola e l'altra. In compenso i vostri interlocutori avranno l'impressione che voi abbiate davvero interesse a ciò che state per fare con loro, e che tutto questo è una cosa seria. Ne sarete ripagati con gli interessi nel seguito del lavoro.

Non dimenticate di dire chi sono gli organizzatori della Scuola Territoriale, chi vi ha aiutato a fare tutto il necessario, e se alla fine è previsto un momento di festa con pasticcini e diplomi (piuttosto che pizza e danze) è questo il momento di annunciarlo.

Terminata la fase di reciproca conoscenza, potete riscaldare un po' l'atmosfera ed iniziare il coinvolgimento in una maniera semplice che consenta a chiunque di partecipare indipendentemente dal livello culturale o dall'abitudine a parlare in un gruppo.

La salute. Ma cos'è?

L'incontro può essere introdotto a partire dalla raccolta delle opinioni dei partecipanti su che cosa si intende per salute.

Potete ad esempio farlo scrivendo sulla lavagna la parola "salute" e chiedendo che ciascuno

dica la prima parola che gli viene in mente. E' possibile che le parole espresse riguardino soprattutto la salute fisica; a questo punto proseguite cancellando la parola salute e sostituendola con "benessere". Rifate un giro di opinioni ed aggiungete le altre parole espresse dai partecipanti. Al termine di questo semplice gioco avrete un elenco di aspetti molto variegati riguardanti la salute.

A questo punto potete evidenziare ciò che emerge: il concetto di salute come è stato definito dall'Organizzazione Mondiale della Sanità. Anche senza conoscerlo le persone stesse sono riuscite, con parole diverse, ad evidenziarlo.

"La salute è uno stato di completo benessere fisico, mentale e sociale e non consiste soltanto in un'assenza di malattia o di infermità".

(O.M.S. 1948)

"La salute è una condizione di armonico equilibrio funzionale, fisico e psichico, dell'individuo, dinamicamente integrato nel suo ambiente naturale e sociale."

(A. Seppilli, 1966)

Potete ora coinvolgere nuovamente i presenti raccogliendo le loro opinioni su

- che cosa protegge la salute
- che cosa la danneggia

e riportando nuovamente sulla lavagna quanto viene espresso.

Sarà molto semplice da questo giro di opinioni costruire insieme il concetto di stile di vita sano e di ciò che occorre perché ciascuno viva in una condizione di benessere con se stesso, con gli altri e nel proprio ambiente.

Dalla discussione su ciò che può influire negativamente sulla salute emergerà sicuramente l'alcool, che sarà argomento oggetto dell'incontro successivo.

Se siete fortunati, o piuttosto se avrete stimolato bene i presenti, può essere che partendo da qualche osservazione fatta possiate introdurre anche il concetto di salute non come qualcosa di statico, che è sufficiente raggiungere una volta per tutte, ma come un delicato equilibrio tra diversi fattori che giocano in ogni momento nella vita di ciascuno.

La protezione della salute

Potete ora introdurre un altro l'interrogativo: "A chi interessa proteggere la salute?"

Dopo che verranno citati tra quelli interessati alla salute medici ed infermieri, secondo il diffuso atteggiamento di delega a qualcun altro per la risoluzione dei propri problemi, sicuramente qualcuno ricorderà che tutti noi siamo interessati a proteggere la nostra personale salute e quella di chi ci è vicino. Avete così introdotto il concetto di autoprotezione della salute, che potrete completare animando una discussione sull'importanza di adoperarsi per la salute sia all'interno della propria famiglia, ma anche secondo una visione più ampia ed ecologica del benessere, cioè per gli altri che vivono nelle nostre comunità e per una salute dell'ambiente in cui tutti noi viviamo.

1

A questo punto potete proporre una sintesi dei punti principali che avete toccato in questo primo incontro, aiutandovi con un lucido:

- la salute come benessere fisico, psichico e sociale
- i fattori che possono ostacolare o migliorare la salute
- la salute come realtà dinamica di equilibrio
- l'autoprotezione della salute personale e ambientale

Come conclusione dell'incontro potete anche citare quanto detto dal professor Hudolin a proposito di salute e di prevenzione. Ma per favore non scrivete tutto questo su un lucido...

"La protezione e la promozione della salute è un insieme di interventi e programmi complessi, che comprendono anche la protezione della salute delle persone sane. Bene sarebbe unire gli sforzi e le esperienze, invece di tollerare che alcuni servizi e alcune associazioni private se ne occupino in maniera separata, parcellare e a volte contrapposta. La soluzione migliore sarebbe di garantire la protezione e la promozione della salute attraverso i servizi di prevenzione primaria, attivando una fitta rete di supporti e di punti di appoggio radicati nella comunità territoriale. Oltre agli operatori professionisti bisognerebbe coinvolgere anche gli operatori volontari e le loro associazioni. Nei nodi della rete territoriale vanno inclusi i singoli, le famiglie, i servizi pubblici, le associazioni private, le istituzioni; tutti dovrebbero impegnarsi

seriamente per migliorare la qualità della vita; in altre parole per conseguire una salute migliore."

(V. Hudolin, 1991)

1

Prima di salutare tutti i presenti ricordatevi di preannunciare l'argomento del prossimo incontro, mettendo in rilievo la continuità con ciò che è stato discusso questa volta.

Ricordate che la partecipazione a tutti gli incontri è ciò che permette di cogliere il filo logico che li lega tutti e che la Scuola Territoriale per questo motivo diventa più interessante man mano che si va avanti.

Dovete riuscire ad essere convincenti senza essere insistenti. Il successo della scuola dipende da quanto le persone sono convinte di fare qualcosa che è interessante ed utile per loro. E allora arriverci al prossimo incontro.

SECONDO INCONTRO:

L'ALCOOL ED I SUOI EFFETTI

2

Dopo che avete accolto le famiglie con cordialità ed un sorriso (anche se siete stanchi un sorriso non vi fa consumare molta energia ma in compenso predispone meglio gli altri e anche voi), potete informarvi su come si sono trovati dopo il precedente incontro raccogliendo brevemente qualche impressione.

Cos'è l'alcool?

Quindi potete chiedere subito la collaborazione di tutti nel definire insieme a voi che cosa è l'alcool. State pure certi che le famiglie presenti ad una Scuola Territoriale ne sanno quanto voi e anche di più. Lo diranno in un altro linguaggio, sottolineando aspetti diversi da quelli su cui potrete soffermarvi voi, ma non meno importanti.

Che sia una sostanza liquida, che sia prodotta per fermentazione o distillazione, quali siano le bevande alcoliche diffuse nel nostro paese sono cose che ognuno vi dirà.

Anche la diversa gradazione alcolica delle diverse bevande è ben nota, forse persino il fatto che è sufficiente bere una maggiore quantità di una bevanda alcolica a bassa gradazione per ottenere gli stessi effetti di un'altra bevanda a gradazione alcolica più alta.

Dopo aver raccolto e riassunto, ad esempio con l'aiuto della solita lavagna, tutte queste informazioni introduttive, potete iniziare ad aggiungere voi altri elementi, meglio se aiutandovi con qualche immagine, come ad esempio le modalità di assorbimento ed eliminazione dell'alcool dal nostro corpo: rapido assorbimento da parte dello stomaco e della prima parte dell'intestino, passaggio nella circolazione del sangue dove la massima concentrazione di alcool viene raggiunta dopo un'ora circa. Attraverso la circolazione del sangue l'alcool raggiunge tutti gli organi del nostro corpo sui quali esercita i suoi effetti.

Dappertutto attraverso il sangue

E' bene soffermarsi a spiegare che proprio il fatto che l'alcool passi nella circolazione del sangue è la base di tutti i suoi effetti e che questi effetti sono "ubiquitari", vale a dire che si manifestano su tutto l'organismo: ad esempio sul cervello dove provoca le ben note sensazioni di euforia o di depressione, e su altri organi su cui provoca malattie ben conosciute, come la cirrosi epatica o altre meno conosciute ma altrettanto importanti.

Anche se immediatamente arriveranno domande sulle malattie provocate dall'alcool, non è ancora il momento di parlarne: saranno oggetto dell'incontro successivo, che è appunto dedicato ai problemi alcool-correlati. Spiegate che per il mo-

mento è importante ricordare questa diffusione generale degli effetti dell'alcool: è ciò che spiega il motivo per cui i problemi derivati dal bere sono tanti e anche tanto diversi. Una volta che questa sostanza è entrata nell'organismo vi circola liberamente e non c'è quindi modo di far sì che agisca solo su un organo e non su di un altro.

Potete anche spiegare che alcuni effetti dell'alcool sono diretti: dove l'alcool passa lì agisce (come sull'apparato digerente che è la sua porta d'ingresso), mentre altri effetti sono indiretti, come quando produce una diminuzione dell'appetito oppure una alimentazione squilibrata, poiché fornisce una certa quantità di calorie senza fornire i principi nutritivi essenziali (proteine, grassi, zuccheri, vitamine).

Passate quindi a come l'alcool viene eliminato dal nostro organismo.

Un palloncino contro l'alcool

Dopo aver spiegato che l'alcool viene eliminato attraverso il sudore, le urine, ma soprattutto attraverso il fiato espirato, potete chiedere ai partecipanti se sanno in che cosa consista il controllo dell'alcolemia. Oltre a spiegare che questa parola significa "misura del livello di alcool nel sangue", è opportuno spiegare che è il metodo attraverso il quale la polizia stradale può individuare chi sta guidando sotto l'effetto di quantità di alcool che la legge considera eccessive (oltre 0,8 milligrammi di alcool per ogni decilitro di sangue): è la cosiddetta "prova del palloncino", anche se anziché un palloncino può somigliare piuttosto ad un sacchetto o consistere in una specie di cannuccia. Il principio è sempre di far arrivare all'apparecchio (chia-

mato alcoolimetro o etilometro) una certa quantità di fiato espirato su cui effettuare la misurazione.

Questa spiegazione, che forse ad alcuni può sembrare un dettaglio superfluo, è invece molto importante perché vi permette di discutere un po' sui problemi dell'alcool alla guida. Potete ad esempio portare l'attenzione sul fatto che il limite consentito dalla legge (0,8 mg/dl come già detto) è piuttosto discutibile, perché già a livelli inferiori di alcolemia (0,2-0,3 mg di alcool per decilitro di sangue) compaiono modificazioni del funzionamento del nostro organismo, ad esempio rallentamento dei riflessi e riduzione del campo visivo. Potete quindi facilmente ricollegare questa riflessione a ciò che avete discusso nell'incontro precedente sull'importanza della autoprotezione della salute: ognuno deve sapere che anche se non paga la multa per un limite inferiore a quello stabilito dalla legge, tuttavia la protezione della salute propria ed altrui richiede un'attenzione ed una cautela ancora maggiore: le leggi sono dei compromessi per regolare il vivere comune, ma ciascuno di noi con la propria coscienza può fare anche di meglio. D'altronde altri paesi europei hanno stabilito limiti di alcolemia consentita alla guida più bassi di quello italiano o addirittura limite zero, cioè il divieto di guidare con qualsiasi quantità di alcool in corpo: in quei paesi per guidare non bisogna aver bevuto nulla.

Una sostanza psicoattiva

E' importante che in questo incontro introduce il concetto di alcool come sostanza psicoattiva: una sostanza in grado di modificare le percezioni che si hanno della realtà attraverso la sua

azione sul cervello. Questo vi permetterà di discutere sui ben noti effetti psichici dell'alcool, e di spiegare il motivo per cui viene cercata da molti e crea un legame particolare in chi lo utilizza.

Sarà facile coinvolgere nuovamente i partecipanti su questo argomento. Le persone che sono lì con voi hanno bevuto fino a poco tempo fa, o forse stanno ancora bevendo e cercano il modo di riuscire a cambiare, ma in ogni caso conoscono perfettamente, per averlo provato, ciò che significa essere sotto l'effetto di un bicchiere o ciò che accade man mano che i bicchieri aumentano. Oppure si tratta di familiari che possono anch'essi aver sperimentato l'effetto del bere, e se astemi hanno certamente osservato dall'esterno ciò che accadeva al proprio familiare sotto l'effetto dell'alcool.

Tra realtà e illusione

Ciò che è importante arrivare a mettere in rilievo è che l'alcool, attraverso l'effetto sul cervello (cosiddetto "psicoattivo"), permette di modificare la nostra percezione della realtà esterna ed anche di noi stessi, facendoci sentire più allegri ed euforici all'inizio, e poi continuando a bere via via più tranquilli, e poi sonnolenti fino al coma etilico, cioè alcolico. E' proprio la possibilità, o meglio la sensazione illusoria, di poter cambiare la realtà quella che spinge a continuare l'uso dell'alcool dopo averne sperimentati gli effetti, e che rende tanto difficile lasciarlo. Invece nell'inizio dell'uso giocano di più le abitudini che s'imparano nella famiglia o nel proprio ambiente di vita. E' importante non confondere ciò che spinge ad iniziare l'uso, che è "normale" in una cultura dove la mag-

gioranza delle persone beve alcool, da ciò che accade continuando l'uso, col comparire di una strutturazione della vita e dei comportamenti del singolo e di tutto il nucleo familiare intorno al bere. Molto raramente sono problemi particolari a spingere al bere, si tratta di un comportamento che appartiene a persone normalissime che non fanno nulla di diverso da ciò che fanno tutti gli altri. Purtroppo col persistere dell'abitudine, a causa proprio del particolare effetto dell'alcool sul cervello e su tutto l'organismo, possono cominciare i problemi.

L'alcol è una droga

Da questo punto di vista l'alcool funziona come le sostanze considerate "droghe", diverse dall'alcool soprattutto in quanto sono illegali, ma dotate di effetti molto simili: l'effetto psico-attivo, la tendenza a continuare nell'uso nonostante la comparsa dei problemi (dipendenza fisica e psicologica), ed anzi ad aumentare la dose col passare del tempo per provare gli stessi effetti (cosiddetta tolleranza). In base a questi effetti è stata proprio l'Organizzazione Mondiale della Sanità a dichiarare l'alcool una droga, e ad inserirla anzi tra le più dannose.

Discutere bene con chi frequenta la Scuola Territoriale sulla differenza tra ciò che spinge ad accostarsi all'alcool e ciò che mantiene il suo uso rendendo difficile il distacco, è fondamentale per non rischiare di colpevolizzare chi viene definito alcolista, giustificando invece chi beve senza ancora averne avuto dei problemi evidenti, come avviene talvolta tra alcolista e familiari: cattivo il primo in quanto fonte dei guai di tutta la famiglia,

buoni gli altri che anche se bevono sono stati così saggi da non ricavarne problemi. Sarebbe falso e presuntuoso confermare simili distinzioni, come dividere la popolazione dei bevitori tra gli stupidi che bevendo non sapranno evitare i guai ed i furbi che possono continuare a bere perché sanno gestire i loro comportamenti.

Una storia di famiglia

Voglio raccontarvi una storiella. Se vi sembrerà utile per la vostra Scuola Territoriale sappiate che non solo non ne è vietata la riproduzione, ma anzi è gradita.

“C’era una volta una famiglia: padre, madre e due figli. Lui laureato, buona professione, lei insegnante anch’essa laureata, la figlia alle scuole medie, il bambino alle elementari. Bella famigliola. Ma c’è un problema: papà beve. Qualche difficoltà al lavoro, litigi in casa, i figli in crisi. Così iniziano a frequentare un Club della loro zona. Si discute su che cosa fare rispetto al bere e si arriva alla conclusione che è meglio lasciare l’alcool che tanto sta facendo soffrire tutta la famiglia e si chiede l’impegno di tutti in questo senso. Papà la settimana seguente ha smesso di bere il vino che tanto gli piaceva, mentre mamma continua con la sua amata birra, cosa che giustifica dicendo “Non sono io che ho il problema col bere, perché dovrei smettere?”.

La storia continua così per qualche settimana, senza che la signora sia indotta a cambiare nonostante il marito sia messo in difficoltà dal fatto che a tavola lui rinuncia con fatica al vino, mentre la moglie continua davanti a lui con la birra.

E dopo qualche altra settimana in cui la moglie è sempre più arrabbiata perché in Club si parla anche del suo bere, il marito riprende a bere il vino. La moglie si arrabbia molto con lui e tutta la famiglia riprende il suo stile di vita alcoolico.

E all'operatore viene da chiedersi: ma chi aveva il più grosso problema con il bere? Lui con l'etichetta di alcolista addosso che con un po' di fatica aveva interrotto il suo bere, oppure lei che senza nessuna etichetta addosso non era riuscita a lasciare la birra nonostante vedesse farsi sempre più difficile la situazione familiare e nonostante gli inviti di tutto il Club a rimettere in discussione i suoi comportamenti?"

La sintesi

Riassumendo gli argomenti discussi in questo incontro potete citare

- l'assorbimento, la distribuzione e l'eliminazione dell'alcool dal nostro corpo
- gli effetti diretti o indiretti dell'alcool
- l'azione psico-attiva che porta a definire l'alcool come droga
- l'alcolemia e la sua misurazione e i rischi connessi alla guida.

Chiudendo potete sottolineare la parola "rischio", preannunciando che su questo concetto in rapporto al bere vi soffermerete a lungo la prossima volta.

TERZO INCONTRO

IL BERE ED I PROBLEMI ALCOOL-CORRELATI

3

Per iniziare il terzo incontro potete coinvolgere i presenti nel cercare di definire quali comportamenti possono esserci rispetto al bere. Saranno citati sicuramente gli astemi, che non bevono mai, e anche, a malincuore, gli alcolisti che qualcuno forse definirà come quelli che bevono troppo, e poi presto o tardi ci sarà chi ricorderà quelli che bevono "il giusto", il bere normale, senza problemi.

"Ma quanto mi bevi"?

A questo punto potete introdurre una discussione con lo scopo di definire che cosa si possa intendere per "bere moderato", il tanto discusso e discutibile concetto su cui tante energie sono state finora spese senza risposte conclusive, anzi con l'unica conclusione che è un concetto scientificamente non definibile. Ma è importante che a questa consapevolezza i partecipanti arrivino partecipando ad una discussione che li coinvolga in maniera diretta, anche perché rappresenta uno dei

concetti principali dell'impostazione del lavoro dei Club degli alcolisti in trattamento ed inoltre perché si tratta di rimettere in discussione uno dei principali stereotipi ricorrenti sul bere alcool.

Potete cominciare proponendo che ciascuno definisca con criteri personali la quantità che è possibile o consigliabile bere per non avere problemi. Solitamente vengono indicate quantità anche parecchio diverse. Potete animare ancora la discussione chiedendo di valutare se ci siano differenze di cui sarebbe bene tenere conto in rapporto al sesso, all'età, al tipo di attività svolta da una persona, a condizioni particolari di malattia o altri elementi ancora. Le differenze solitamente emergono: alcuni diranno che i più giovani dovrebbero bere meno, oppure le donne, o chi lavora con macchinari pericolosi, o gli autisti e i piloti d'aereo, e altre cose ancora. Qualcuno ricorderà chi utilizza certi tipi di farmaci come i tranquillanti o chi soffre per problemi al fegato o al cuore.

Se il gioco vi piace potete continuare chiedendo di provare a definire allora per ciascuno di questi casi quale sia il livello di bere cosiddetto "moderato". Il tentativo, che ben presto apparirà infruttuoso, di definire con precisione tale limite vi permetterà di aggiungere il vostro contributo ricordando che anche nel mondo scientifico la questione è stata oggetto di vivace dibattito e che il limite del bere cosiddetto "moderato" o normale è stato progressivamente ridotto col passare del tempo e l'approfondirsi degli studi sull'argomento, passando ad esempio da un litro di vino al giorno, a mezzo litro, ad un quarto di litro, con livelli ridotti per le donne.

C'è sempre un rischio

Potete concludere spiegando che l'alcool è una molecola tossica per le cellule dell'organismo, e che come per altre sostanze ad azione tossica l'unico criterio scientifico da considerare è quello di rischio.

3

Bere può quindi essere considerato un comportamento a rischio, nel senso che può provocare problemi alle persone in un modo non facilmente prevedibile: non tutte le persone che bevono una data quantità di alcool avranno problemi, dello stesso tipo e dopo lo stesso periodo di tempo, ma ciascuno deve sapere che il bere lo espone alla possibilità di averne. Esattamente come la guida dell'automobile è un comportamento a rischio: non tutte le persone che guidano un'auto avranno un incidente o moriranno in auto, ma ognuno sa bene che questa possibilità esiste e che sarebbe opportuno essere molto attenti a proteggersi da questa eventualità.

In definitiva anche se ci sarà sicuramente qualcuno fra i presenti che vi racconterà di aver avuto un nonno morto ad ottant'anni in buona salute bevendo un litro di vino al giorno, dovete assicurare tutti sul fatto che tuttavia un figlio o un nipote del suddetto nonno può morire molti decenni prima bevendo una quantità molto minore dello stesso vino.

O bevi o non bevi

Spiegato così in modo semplice il concetto di rischio, potete tornare alla domanda iniziale sui possibili comportamenti rispetto al bere, per concludere che da un punto di vista scientifico è possibile distinguere solamente tra astemi, che non

bevono nulla, e bevitori, che bevono diverse quantità di alcool. Altre suddivisioni non sono possibili poiché prevederebbero di poter tracciare un confine scientificamente attendibile, cioè su cui sia possibile una concordanza tra studi diversi che portino alle stesse conclusioni, cosa che a tutt'oggi non esiste. Certo esistono persone che bevono quantità diverse e con frequenza diversa, ma le altre distinzioni, come ad esempio tra bere moderato, bere problematico e alcolismo sono estremamente gradualmente e nessuno può dire con certezza dove sia il confine tra una situazione e l'altra. Purtroppo l'unica cosa possibile, se si ragiona in termini di queste distinzioni senza confini chiari, è prendere atto dei problemi dopo che questi si sono manifestati.

Altri tipi di affermazioni che si possono anche leggere su riviste o sentire alla televisione, e persino (ahimè!) sentir pronunciare da alcuni medici, non sono concetti scientifici ma luoghi comuni: in una Scuola Territoriale invece è fondamentale che le persone ricevano finalmente informazioni attendibili. I luoghi comuni sono stati quelli che hanno provocato e mantenuto a queste famiglie le loro drammatiche sofferenze: non è proprio il caso di continuare sulla stessa strada.

Chiarificato così il concetto di rischio e discusso il cosiddetto "bere moderato", potete passare a vedere quali siano i tipi di rischi legati al bere alcool.

Rischi tutto

Potete nuovamente coinvolgere i presenti. Si tratta di famiglie che sono passate dal rischio al problema, anche se in ogni famiglia possono es-

sersi manifestati problemi di un tipo piuttosto che di un altro. Non sarà quindi difficile che le persone presenti elenchino via via tutti i possibili problemi causati dal bere: quelli fisici, quelli famigliari e sociali, in particolare lavorativi.

3 A proposito dei problemi fisici potete riprendere voi il discorso ripartendo dal concetto dell'alcool come molecola tossica (di cui avete già parlato nell'incontro precedente). Potete così distinguere tra lo stato di intossicazione acuta e cronica: il primo corrisponde allo stato di ubriachezza, mentre il secondo corrisponde alla situazione in cui si è sotto effetto dell'alcool in maniera continuata, quindi ciò che solitamente s'intende per alcoolismo. Non ha senso quindi parlare di alcoolismo cronico, come purtroppo ancora si sente spesso: alcoolismo è di per sé una situazione cronica. D'altronde tutti concordano nel dire che non esiste un alcoolismo acuto, altrimenti si dovrebbe considerare alcolista ogni persona che si è ubriacata, e in un paese come l'Italia questo significherebbe dare la definizione di alcolista, sia pure acuto, alla maggioranza della popolazione, specialmente tra i maschi, visto che la maggioranza ha provato uno stato di ubriachezza almeno una volta in vita sua.

Continuando dal punto di vista delle complicanze fisiche, potete chiedere ai presenti quali sono le malattie che conoscono provocate dal bere alcool. Alcuni tra i presenti purtroppo avranno constatato personalmente di che cosa si tratta ed in questo caso potranno dire brevemente alcune cose sulla malattia che li ha colpiti.

No, non è una malattia

E' bene a questo punto chiarificare un aspetto che di solito crea grande confusione: l'alcolismo non è una malattia, come tempo fa si pensava e ancora oggi alcuni pensano. E' un particolare tipo di comportamento conseguente al bere, che può anche manifestarsi con malattie fisiche. Ma ci sono persone che a causa dell'alcool hanno vissuto diversi ed anche gravi tipi di problemi, senza avere malattie fisiche. Definire l'alcolismo come malattia è quindi troppo riduttivo.

Per il resto potete completare voi una rassegna delle malattie cosiddette "alcool-correlate", cioè che possono avere come causa principale l'alcool, con lo scopo solamente di dare un'idea della purtroppo tragica varietà di ciò che l'alcool può provocare sul fisico.

COMPLICANZE FISICHE ALCOOL CORRELATE

FEGATO: steatosi, cirrosi, epatite alcolica

SIST. NERVOSO PERIFERICO: polineuropatia

SISTEMA NERVOSO CENTRALE: crisi convulsive, demenza alcolica (atrofia cerebrale), delirium tremens

CUORE: cardiomiopatia, aritmie

PANCREAS: pancreatite acuta e cronica

SISTEMA GASTROINTESTINALE: esofagite, ulcera, gastroduodenite

APPARATO GENITALE: impotenza, sterilità

GRAVIDANZA: sindrome fetale da alcool

SISTEMA EMOPOIETICO: anemia macrocitica

LARINGE, ESOFAGO, STOMACO, FEGATO, PANCREAS: aumentato rischio di tumori

Non siamo all'università

Ma ricordate, come ho già detto nell'introduzione, che la Scuola territoriale non è un corso di formazione professionale: non dovete spiegare tutto in dettaglio, non siete alla facoltà di medicina. E quindi, come ovvia conseguenza, non è affatto necessario che questo incontro venga condotto da un medico. Anzi è meglio il contrario, proprio perché un medico o un'altra figura sanitaria possono accentuare troppo gli aspetti tecnici e professionali. Qualunque sia l'insegnante della Scuola territoriale, dovrà condurre tutti gli incontri. E se si tratta di una figura sanitaria che conduce tutto il ciclo degli incontri, allora dovrà mettere la massima attenzione nell'impostare nel modo più semplice e chiaro la parte riguardante i rischi fisici. A rassicurazione di tutti gli altri devo dire che ho sentito condurre questo incontro in modo molto efficace da parte di vari operatori, anche volontari.

L'aspetto importante di questo incontro, credo lo abbiate già capito, consiste nel far prendere consapevolezza ai presenti del fatto che il rischio dell'alcool è qualcosa che ci riguarda tutti, e che può dar luogo a problemi fisici, ma anche famigliari e sociali, che saranno discussi nell'incontro successivo.

La sintesi

Per chiudere questo incontro potete riassumere i punti principali trattati:

- i diversi comportamenti con il bere
- il concetto di rischio
- i problemi fisici alcool-correlati

QUARTO INCONTRO:

LA FAMIGLIA

4

Che cosa sia una famiglia tutti lo sanno, per averne fatto parte per un periodo più o meno lungo di tempo, alcuni hanno avuto diversi tipi di famiglia, altri possono avere esperienza di famiglie di adozione, o di una famiglia sostitutiva a causa di problemi particolari intervenuti nella propria storia. Anche chi in questo momento si definisce "solo" forse si è solo lasciato la famiglia alle spalle, forse ha una parte della sua famiglia in un posto diverso da quello in cui si trova o altre situazioni ancora.

L'affetto che lega

Non avrete quindi bisogno di impiegare molta fatica per spiegare di che cosa si tratta, o per cercare particolari definizioni sociologiche della famiglia. Potete invece utilmente ricordare quello che a volte quando intervengono dei problemi viene spesso dimenticato: che la famiglia è un gruppo di persone legate tra loro da rapporti affettivi. Saranno magari anche rapporti difficili, conflittua-

no problemi di salute, i ruoli arrivano per certi aspetti ad invertirsi, con i figli che devono proteggere ed accudire i genitori anziani.

Quando cambia il copione

A proposito di funzioni e ruoli all'interno della famiglia, potete ancora accennare ad un aspetto sul quale vi soffermerete più avanti, e cioè che quando intervengono dei problemi gravi come quelli legati al bere, ogni persona all'interno del nucleo familiare si trova a recitare un copione diverso da quello previsto, con le inevitabili difficoltà che derivano dal giocare una parte per la quale non si è preparati.

La famiglia non è un'isola

E' importante ancora ricordare che non si cresce soltanto all'interno della famiglia, ma che ogni famiglia è inserita nella comunità in cui vive. Anche le famiglie apparentemente più chiuse al loro interno sono in realtà in contatto continuo con gli altri: papà e mamma escono per andare a lavorare, o per fare la spesa, i bambini vanno a scuola per molti anni, e la televisione o i giornali portano dentro le case quello che non incontriamo direttamente uscendo. Così non è necessario cercare espressamente un contatto o un confronto con gli altri per averlo: ognuno di noi comunica molto efficacemente con gli altri attraverso il proprio comportamento, anche senza bisogno di parole. Essere scortesii o gentili, arrivare puntuali o sempre in ritardo, bere o fumare ogni volta che si vuole sentirsi a proprio agio oppure no, sono tutti comportamenti senza parole che rappresentano anche delle proposte di stile di vita a chi ci circonda. Lo stile di vita è qualcosa che riceviamo dagli altri e

trasmettiamo ad altri con poca consapevolezza di quanto sta accadendo, ma è bene invece tenerlo molto ben presente.

Attraverso l'influenza dell'ambiente possono entrare così in una famiglia stili di comportamento influenzati da ciò che accade all'esterno: tra questi anche i comportamenti di uso di sostanze, alcool o altre. E' ben conosciuto l'effetto di spinta al bere in una comunità in cui l'abitudine al bere è molto diffusa, come anche le difficoltà di non bere in un ambiente in cui tutti bevono. Il lavoro con i Club degli alcolisti in trattamento tiene quindi in grande considerazione l'importanza di aprire la propria esperienza al resto della comunità. Ma di questo si riparerà in uno dei prossimi incontri.

Come ti cambio i ruoli

Potete a questo punto riprendere l'argomento su funzioni e ruoli all'interno della famiglia per discutere su come questi aspetti si modifichino quando l'alcool è presente al suo interno. E' un aspetto che le famiglie presenti purtroppo conoscono bene per esperienza e potete quindi coinvolgerle per evidenziare ciò che accade in presenza di problemi di alcool.

Un "sistema" dinamico

Un modo semplice per aiutare la discussione è quello di utilizzare un lucido con un'immagine schematica di una famiglia, in cui siano evidenziate le figure dei genitori da un lato ed i figli dall'altro. La famiglia vista in questo modo può essere definita un "sistema". All'interno di questo sistema si possono evidenziare con un cerchio almeno due "sistemi" più piccoli, che possiamo chiamare "sottosistemi" : quello dei genitori e quello dei fi-

4

gli. Ricordate ciò che avete spiegato all'inizio di questo incontro, cioè che funzioni e ruoli sono necessariamente diversi per genitori e figli, e anche per ciascuna persona della famiglia singolarmente: ad esempio papà e mamma si dividono le incombenze necessarie alla vita familiare e a garantire ai figli ciò di cui essi hanno bisogno, e si sostengono reciprocamente in questi compiti.

Ai bambini dovrebbe essere garantito di poter fare la loro parte di bambini, di giocare, stare con i coetanei, andare a scuola, sentirsi aiutati, protetti e amati.

Ma quando ci sono nella famiglia problemi con l'alcool tutto questo si modifica. Le famiglie lo sanno, chiedetelo a loro. Voi potete rappresentare con l'immagine ciò che loro vi diranno, anche se magari con parole diverse da come lo direste voi.

Fuga dalle responsabilità

Con tutta probabilità sarà evidenziata la perdita progressiva della capacità di assumersi responsabilità da parte della persona cosiddetta alcoolista e la necessità del coniuge di sostenere quindi le responsabilità di entrambi.

Potete così rappresentare disegnandolo sul lucido stesso lo spostamento verso la periferia della famiglia da parte della persona che è stata definita alcoolista, mentre potete disegnare più grande e più centrale nella figura la posizione del coniuge.

Bambini soli o adulti precoci

Un altro aspetto determinante è il fatto che i figli si trovano inevitabilmente coinvolti nella situazione e, a seconda della loro età possono accadere cose diverse: i più piccoli possono sentirsi

abbandonati, perdere la sicurezza che i genitori davano loro; con il crescere della loro età si troveranno coinvolti dal genitore "non alcolista" che non essendo più sostenuto dal coniuge cercherà un sostegno nel figlio. Il figlio si troverà così a rinunciare in tutto o in parte alla sua vita di bambino o di ragazzo per passare ad un ruolo adulto. Potete disegnare anche questo spostamento sul lucido: un figlio che lascia il cerchio del "sottosistema" figli per andare verso quello del "sottosistema" genitori.

La famiglia "allargata"

Un aspetto che può anche essere evidenziato dalle famiglie presenti, o da voi, è la possibilità che il coniuge "non alcolista" per trovare il sostegno che non sente più da parte del coniuge coinvolga all'interno della famiglia altre figure come ad esempio i propri genitori. Potete disegnare i nonni fuori dalla famiglia e indicare con una freccia il loro spostamento al centro della famiglia, dentro al cerchio del "sottosistema" genitori. Avrete così evidenziato con l'immagine, e quindi in modo immediatamente comprensibile, i principali cambiamenti di ruolo che una situazione di alcoolismo determina in una famiglia.

Una cosa importante da ricordare. L'esempio che ho utilizzato riguarda la famiglia media italiana composta da genitori e figli, ma le realtà di vita delle persone possono essere molto diverse: può esserci un figlio adulto non sposato che a causa dell'alcool rientra a vivere con i genitori anziani, oppure una persona separata proprio a causa dell'alcool che vive solo pur avendo coniuge e figli, che pur essendo ancora ragazzi si adoperano da

un lato per sostenere il genitore che vive con loro, dall'altro per rispondere a richieste d'aiuto che il genitore "alcolista" manda loro sentendosi rifiutato dal coniuge. Quindi l'esercizio sopra descritto può essere utilizzato per qualsiasi situazione familiare venga proposta.

Il passo successivo sarà quello di portare i presenti a riflettere su come l'organizzazione della famiglia si modifica in presenza di problemi con l'alcool, sul fatto che questi cambiamenti nei ruoli sono inevitabili e in qualche modo anche necessari per affrontare le difficoltà della situazione. Tuttavia spesso accade che quando il bere viene interrotto e ciascuno può tornare a recitare la propria parte, questo si rivela molto difficile. Può essere inevitabile che una donna che lavora, con dei bambini piccoli, il cui marito ha problemi legati al bere, coinvolga nella vita familiare i propri genitori, ma se il marito interrompe il bere e fa una scelta di cambiamento sarebbe bene che gli suoceri lasciassero il loro ruolo centrale nella famiglia della figlia permettendo al genero di riprendere la sua posizione centrale al fianco della moglie.

E se i figli erano passati dalla posizione loro propria ad un ruolo di tipo genitoriale prendendo in qualche misura la posizione di adulto, dovrebbero tornare al ruolo di figli, riconoscendo al genitore il suo ruolo. E' un po' come essersi seduti per un po' sulla sedia di un altro perché quel posto era rimasto vuoto: se ritorna il legittimo proprietario bisogna alzarsi e lasciargli il posto che è suo.

Riprendere il proprio posto

Una delle più grandi difficoltà da risolvere nelle famiglie in cui l'alcol ha determinato problemi

è proprio questa: lasciare le posizioni diverse che a causa dell'alcool ciascuno aveva preso. Anche perché talvolta col tempo in questa nuova posizione che all'inizio era scomoda si è trovato anche qualche vantaggio: per una moglie essere il centro della famiglia, considerata quella che nonostante tutto riesce a sostenere tutte le responsabilità, può diventare un elemento di prestigio. Per un figlio adolescente può essere doloroso non sentire la presenza di un padre affettuoso accanto, ma col tempo può scoprire che la posizione più adulta richiesta dalla situazione gli permette anche di non rispettare più le regole ed i divieti cui ogni adolescente deve sottostare in condizioni normali, e prendersi quindi libertà maggiori. E' ovvio che ritornare alla situazione precedente può non essere facile. Tuttavia se ciò non accade i problemi si ripresenteranno presto o tardi con la ripresa del bere o altri tipi di difficoltà.

Un problema di tutta la famiglia

Potete allora avviarvi verso l'ultima parte dell'incontro ricordando uno dei punti cardine del metodo Hudolin, che è alla base del funzionamento dei Club: l'alcolismo non è un problema del singolo, ma della famiglia, e quindi anche la soluzione del problema non può che essere da parte di tutta la famiglia. Dovrebbe essere chiaro alla fine di questo incontro che l'alcolismo non tocca solo il fisico di uno, ma le relazioni fra tutti, quindi risolvere davvero il problema non significa "curare" il fisico di qualcuno, ma modificare il tipo di relazioni che si sono determinate tra le persone, per farle diventare più funzionali al benessere di tutti.

La soluzione ai problemi legati all'alcool può essere trovata soltanto se l'intero nucleo familiare accetta di riconoscere che il problema è di tutti. È indispensabile far capire che non serve a nulla pensare in termini di colpa: sarà colpa dell'alcolista o sarà colpa della famiglia? Nessuno è colpevole di nulla, ma le circostanze hanno fatto sì che i problemi si determinassero.

Dire che il problema è della famiglia non significa dire che l'alcolista ha provocato il problema ed i poveri familiari hanno il problema perché ne patiscono le conseguenze. E neanche il contrario, cioè che i comportamenti dei familiari hanno spinto l'alcolista a bere provocandogli i problemi. Questi sono i modi consueti con cui, comprensibilmente, le persone che stanno soffrendo tentano di darsi una spiegazione dell'accaduto. Ma è un modo di vedere la faccenda limitato e che non permette davvero di ottenere un cambiamento della situazione.

Bisogna uscire dal cercare il "colpevole" da punire o il "malato" da curare. Dovete invece spiegare che l'alcolismo è un comportamento di cui è impossibile trovare "la causa", in quanto è determinato da un grande insieme di fattori.

Alcolismo è un comportamento, uno stile di vita, causato da diversi fattori interni ed esterni all'uomo, sotto la spinta della cultura sanitaria e generale della comunità, che determina disagi psichici, fisici e sociali, alterando l'equilibrio della comunità multifamiliare locale.

(Hudolin, 1991)

Occorre invece partire dalla situazione presente, riconoscendo che ciascuna persona della famiglia, qualunque sia il suo comportamento con l'alcool, ha un ruolo che può essere nel contribuire insieme agli altri a mantenere il problema esistente o a risolverlo. Vi sono purtroppo famiglie nelle quali ciascuno contribuisce al problema, il cosiddetto "alcolista" continuando a bere, i famigliari continuando a non cambiare il proprio comportamento, e così tutto continua come prima.

Si è portati spesso a pensare che il cambiamento fondamentale, quello che deve precedere tutti gli altri possibili cambiamenti sia quello dello "alcolista" che deve interrompere il bere, poi gli altri cambieranno di conseguenza. Questo è un errore fondamentale. Non è affatto detto che il cambiamento più importante o significativo per iniziare un percorso sia quello di lasciare il bere da parte di uno, e questo modo di pensare è quello che ha tenuto tante famiglie per tanti anni nell'immobilità e nel dolore senza vedere vie d'uscita.

Chiunque può fare il primo passo

In realtà il cambiamento iniziale può essere da parte di chiunque nella famiglia sente che la situazione è pesante e che vorrebbe cambiarla. Per alcune famiglie il primo elemento che ha messo in moto tutti gli altri cambiamenti è stato il fatto che il coniuge sentisse che non poteva accettare oltre di vedere la situazione deteriorarsi, e quindi la scelta di voler fare qualcosa ad ogni costo; per altre famiglie è stato l'atteggiamento di un figlio che ha deciso di cercare un rapporto più diretto ed aperto con il genitore che beveva; per qualcuno che viveva solo è stato l'avvicinarsi di una per-

sona sensibile che ha cominciato a comportarsi come membro della famiglia che quella persona non aveva più. Può essere un atteggiamento più dolce e comprensivo o al contrario più deciso e intransigente, ma l'importante è che corrisponda al riconoscimento del fatto che se è vero che un problema ci sta a cuore, allora non possiamo aspettare che sia solo l'altro a cambiare. Lo smettere di bere può essere infatti non l'origine ma la conseguenza di altri cambiamenti che nella famiglia sono cominciati.

Un percorso nuovo

Le famiglie che partecipano al Primo Modulo sono all'inizio del percorso, quindi è probabile che siano ancora in questa fase di cercare le responsabilità del problema, piuttosto che interrogarsi su quale deve essere la propria parte nell'avviare e poi continuare il cambiamento. La Scuola Territoriale, insieme all'inizio della partecipazione al Club, può essere determinante nell'avviare questo percorso, purché condotta in modo adeguato.

Quello che avete discusso fin qui dovrebbe anche permettere alle famiglie presenti di capire fino in fondo il motivo per cui è stata chiesta la partecipazione di tutto il nucleo familiare. Potete decisamente chiedere a questo punto se ora è più chiaro il motivo della richiesta di essere lì tutti quanti e di non essere solo gli accompagnatori di colui che di solito si ritiene debba cambiare.

Ricordate che la lettura dell'alcolismo come un problema di comportamento che non è solo di un singolo ma di tutta la famiglia è stato uno dei maggiori elementi di novità introdotto da Hudolin, ed è anche, insieme ad altri aspetti di cui si par-

rà nei prossimi incontri, una delle chiavi del grande successo del metodo dei Club degli alcolisti in trattamento.

La sintesi

Per sintetizzare questo quarto incontro potete ricordare che vi siete occupati di:

- funzioni della famiglia e ruoli dei singoli componenti ;
- modificazioni nella struttura e nel funzionamento della famiglia in presenza di problemi legati al bere;
- posizione della famiglia inserita nel più ampio sistema sociale con le relative influenze sullo stile di vita;
- alcolismo come problema della famiglia e non della singola persona, la cui soluzione dipende dal cambiamento di ciascuno.

Ricordatevi di annunciare che nel prossimo incontro allargherete il discorso anche al di fuori della famiglia, introducendo un concetto fondamentale, quello della cosiddetta "rete territoriale", ed invitate tutti a proseguire il percorso insieme.

QUINTO INCONTRO:

LA RETE TERRITORIALE

5

Eccoci di nuovo insieme per condurre con le famiglie un altro incontro.

Questa volta parliamo di rete. Allora quale modo migliore per iniziare che chiedere ai presenti che cosa viene loro in mente dicendo la parola rete? Che cos'è una rete, e a che cosa serve? Sarà divertente. Ci sarà chi vi parla di rete da pesca e chi di quella degli acrobati nel circo, chi penserà a un salvataggio dei pompieri e chi alle trappole per gli animali, chi alla rete del letto e chi ad una rete telefonica o stradale, qualcuno alla recinzione del proprio giardino, gli sportivi alla rete del campo da tennis o da calcio, e così via.

E così pure a proposito delle sue funzioni, dall'acchiappare al sostenere, dal delimitare al collegare, al contenere.

Ma cosa c'entra con l'alcool?

Ma che cosa mai può significare la rete nei problemi con il bere? Forse la domanda più adeguata

può essere: che cosa significa la rete nei rapporti umani.

Per permettere alle persone di trovare la risposta si può utilizzare un esercizio semplice, che può essere proposto come un gioco. Si tratta di utilizzare lo schema proposto da Todd per rappresentare la rete personale nella quale ciascuno di noi è inserito.

Un gioco per capire

Mettete l'immagine proposta sul lucido e chiedete ad uno dei presenti di offrirsi per questo gioco, spiegando che sarà un modo divertente di capire un concetto importante.

Mentre il volontario fa il gioco sotto la vostra guida scrivendo sul lucido in modo che tutti possano vedere, ciascuno degli altri può fare il gioco per conto suo se voi avrete avuto la pazienza di preparare dei foglietti con lo stesso schema disegnato. Così tutti potranno sentirsi attivamente partecipi.

Lo schema consiste in un cerchio con indicati cinque spicchi (come una torta con cinque fette); in ciascuno spicchio quattro spazi dal centro alla periferia. Ogni spicchio (o se preferite ogni fetta della torta) corrisponde ad un tipo di persone: familiari, amici, vicini di casa, colleghi, operatori di servizi.

Chiedete allora al volontario che si sarà offerto, come a tutti gli altri, di scrivere nei vari spazi dello schema i nomi delle persone che sentono più vicine a sé. I nomi di queste persone dovranno essere scritti in questo modo: scrivendo più vicino al centro il nome della persona cui ci si sente più legati e via via gli altri nomi più lontani. Si deve procedere così per i nomi di amici, di persone del-

la famiglia, di vicini di casa, dei colleghi di lavoro o compagni di scuola e degli operatori dei servizi o altre figure professionali significative nella propria vita (alcuni indicano il medico curante, altri l'assistente sociale della ditta o lo stesso servitore\insegnante del Club se vi sono già inseriti o altro ancora).

Se qualcuno dice di non avere nessun rapporto coi vicini di casa o con operatori di servizi o altro può lasciare lo spazio in bianco.

Finito questo lavoro di elenco di nomi, che già di per sé è molto interessante perché aiuta ciascuno a vedere se stesso come una persona inserita in un insieme più ampio di persone, si passa alla seconda parte dell'esercizio.

Chiedete che ciascuno disegni una linea che colleghi i nomi delle persone che si conoscono tra di loro. Si parte dal primo nome che era stato scritto e leggendo uno per uno tutti gli altri nomi ci si chiede chi questa persona conosce tra gli altri. Si ripete questo per tutti i nomi fino all'ultimo scritto.

Il gioco ora è finito. Se guardate l'immagine che ne risulta è immediato riconoscere... una rete.

Potete spiegare che una rete, nel campo dei rapporti umani, è un insieme di punti collegati da linee, vale a dire un insieme di persone collegate tra loro da relazioni, da legami. Se ci sono più relazioni tra le persone, la rete sarà più fitta, le maglie più strette.

L'importante è che sia fitta

Potete stimolare a questo punto una discussione interessante sull'importanza che può avere una rete fitta: se andate a pesca prenderete pesci più

numerosi sia grandi che piccoli, e se vivete nella vostra comunità, paese o quartiere che sia?

Che vantaggio c'è nell'aver una rete più fitta?

Non sarà difficile arrivare alla conclusione che più disponiamo di una rete fitta di rapporti e relazioni, più ci potremo sentire bene, ed essere sostenuti ed appoggiati nei momenti difficili: più la rete è fitta, maggiore è il benessere di una persona. Non evita di avere dei problemi, ma permette di affrontarli meglio, ci protegge dalla sensazione angosciante di cadere nel vuoto, proprio come la rete dell'acrobata del circo che può fidarsi, può lanciarsi nel vuoto perché sa di poter contare sulla rete che lo sosterrà comunque.

Le stesse considerazioni possono essere fatte se anziché pensare a singole persone pensiamo ad un Club. Preannunciate che il prossimo incontro sarà dedicato proprio a parlare di Club, ma intanto potete fare qualche riflessione sul fatto che un gruppo di persone o di famiglie, se si ritrova isolato nel proprio ambiente finisce per vivere un grande senso di isolamento e solitudine che non permette di sentirsi partecipi della vita sociale come altri gruppi o famiglie. Questo porta poco alla volta a perdere il significato stesso del motivo per cui ci si ritrova insieme ed il Club alla fine può morire lasciando le famiglie più isolate di prima.

La rete territoriale del Club, come la rete personale di ciascuno di noi deve infittirsi per aumentare il benessere di ciascuno. Questo migliore benessere non riguarda soltanto i problemi legati all'alcool, ma si traduce in una migliore protezione della salute in senso generale nella comunità.

Una rete dinamica

Una caratteristica importante della rete territoriale è che non si tratta di qualcosa di statico, sempre uguale a se stessa. Se la rete funziona, è qualcosa di vivo, dinamico, in continuo movimento.

Per comprendere questo concetto potete fare l'esempio di una rete particolare, quella del ragno. Per il ragno è come una rete da pesca, quella che gli permette di provvedere alla propria nutrizione. Tutti sanno come funziona: il malcapitato insetto vi cade o si posa sopra e non riuscendo più ad allontanarsi diventa il pranzo per il padrone di casa. Ma a parte questo, c'è un altro aspetto che ci interessa ora: l'insetto cade in un punto della ragnatela, ma il ragno, che si trova magari al lato opposto della stessa, accorre prontamente. Cos'è accaduto? Semplicemente che l'insetto caduto in un punto della rete ha provocato un movimento in tutta la ragnatela, che si è messa ad oscillare avvisando così il ragno che qualcosa d'interessante stava accadendo.

Una rete territoriale funziona alla stessa maniera: è sufficiente che qualcosa accada in un solo punto perché, grazie ai collegamenti tra i diversi punti della rete stessa, l'intera rete inizi ad entrare in movimento. Tutta la rete viene stimolata a muoversi, anche se lo stimolo è in un solo punto.

Che cosa accade allora nella situazione delle persone quando un fatto nuovo, o un problema capita nella loro vita? Dipende da tante cose, compreso il fatto che questa persona sia inserita in una rete familiare e sociale più o meno fitta. In questo caso ciò che accade a questa persona è come l'insetto di turno: è una informazione che dice che qualcosa sta capitando, e questa notizia viene tra-

smessa, mette in movimento altri punti, altre persone, che possono diventare attive nel sostenere, aiutare o fare qualsiasi altra cosa utile.

Nella rete ci sono tutti

Della rete di una persona possono fare parte anche i servizi di vario genere, che anzi sono stati creati proprio per essere una opportunità di aiuto ai cittadini; i servizi sanitari e sociali, ma anche le scuole; fanno parte della rete gli ambienti di lavoro, le parrocchie, i gruppi ricreativi o sportivi o culturali e tante altre realtà che esistono in un determinato territorio.

Anche il Club è un elemento della rete in cui una persona ed una famiglia possono essere inseriti, è uno dei tanti punti esistenti, che per fare rete deve essere collegato con gli altri punti. Riportate l'attenzione sul disegno fatto insieme per scoprire la rete personale di ciascuno: le diverse persone all'inizio sono punti isolati, staccati tra loro, che diventano una rete solo nel momento in cui si disegnano le linee che li uniscono, cioè i contatti, i collegamenti tra loro.

E se con una rete che ci collega agli altri ciascuno di noi può sentirsi meglio, così anche il Club nel suo complesso sta meglio se è un punto di una rete collegato con altri punti. Questa situazione ne rende più facile l'esistenza ed il funzionamento. Quindi il Club, come le persone, non deve diventare una realtà chiusa al suo interno: non potrebbe garantire a chi ne fa parte un reale sostegno, sarebbe una rete troppo piccola, troppo leggera per difficoltà a volte tanto grandi come quelle legate all'alcool.

Le persone non vivono nel Club, ma nella società. È lì che devono reinserirsi se per qualche tempo ne sono usciti. E' nella società che devono ritrovare il lavoro se era stato perso, che devono sentirsi persone responsabili per sé e per gli altri, che devono riuscire ad essere buoni cittadini a tutti gli effetti. Per fare tutto questo non serve un Club-isola, ma un Club che sta nel cuore della comunità, che conosce l'indirizzo dell'ufficio di collocamento, l'esistenza dei servizi, che ha le informazioni su ciò che accade in paese o nel quartiere e facilita ai suoi membri l'avvicinarsi a tutte queste opportunità senza timori.

5

Solo così le famiglie possono fare il proprio percorso verso uno stile di vita migliore, che va fatto certamente all'interno stesso della famiglia, ma anche all'interno della società, dove la famiglia "alcolista", come ben sanno tutti i presenti, subisce un percorso di emarginazione più o meno grande, ma sempre molto doloroso e difficile da recuperare.

La sintesi

Giunto il momento della sintesi ricordate che avete parlato di:

- che cos'è una rete;
- la rete territoriale delle persone e del CAT;
- Il significato di disporre di una rete solida e fitta.

Preannunciate che il prossimo incontro sarà interamente dedicato a capire meglio che cosa siano i Club degli alcolisti in trattamento ed il loro funzionamento. Sottolineate l'importanza che siano presenti anche le persone che già lo stanno frequentando, perché proprio la loro esperienza sarà utile alla discussione.

SESTO INCONTRO:

IL CAT CHE COS'È, COME FUNZIONA

6

Iniziando questo incontro non dovete dare nulla per scontato: si tratta di un Primo Modulo di Scuola Territoriale, quindi è la prima occasione di formazione per le famiglie che vi partecipano. Perciò anche se alcune, o forse tutte le famiglie presenti, hanno già fatto il loro ingresso in uno dei Club del territorio, questa è la prima occasione a loro disposizione per capire in modo approfondito che cosa sia questa esperienza e perché sia organizzata proprio in questa maniera.

Può essere sicuramente utile raccontare la storia della nascita dei Club, per collocare l'esperienza che queste famiglie hanno iniziato o stanno per iniziare in una realtà più ampia e di grande importanza. Ricordate che i CAT sono stati ideati dallo psichiatra croato Vladimir Hudolin nel 1964 a Zagabria, e poi diffusi nel resto del paese.

Racconta lo stesso Hudolin:

"A partire dal 1970 la Clinica di neurologia, psichiatria, alcologia ed altre dipendenze

dell'ospedale universitario "M. Stojanovic" accolse le prime richieste di trattamento avanzate da cittadini italiani, provenienti soprattutto da Trieste e dalle zone limitrofe. All'aumentare delle richieste sorse il problema di organizzare il trattamento territoriale di queste persone e delle loro famiglie nei Club. Da principio furono inserite, pur con molte difficoltà, nei Club degli alcolisti in trattamento dell'Istria."

E così qualche tempo dopo, nel 1979, i Club approdarono anche in Italia, in Friuli-Venezia-Giulia. Da lì poi per una specie di salutare epidemia la metodologia dei Club si diffuse da una regione all'altra in tutto il nostro paese, arrivando attualmente a raggiungere un totale di circa 2.500 CAT sul territorio italiano.

Raccogliere le impressioni

Come al solito è possibile coinvolgere le famiglie chiedendo loro di esprimere che cosa hanno notato nella loro breve esperienza al Club, e partire da queste osservazioni per avviare il discorso.

Qualche volta queste osservazioni potranno riguardare aspetti marginali o essere frutto di fraintendimenti su ciò che il Club rappresenta, mentre altri commenti metteranno già in luce elementi fondamentali su cui soffermarsi.

In ogni caso vostro compito è di ridimensionare ciò che non ha importanza, valorizzare ciò che è fondamentale, introdurre ciò che è stato trascurato. Non dovete dimenticare il vostro ruolo di insegnanti: state coinvolgendo i presenti perché siano partecipi di un lavoro attivo che sarà più profi-

cuo per loro, non perché dovete aspettarvi che sappiano già tutto. Dovete avere chiaro nella vostra testa dove dovete condurre le famiglie lungo questi dieci incontri.

Vediamo allora ciò che non dovete trascurare tra le moltissime cose che si potrebbero dire parlando di CAT durante questo incontro, e specificando che su altri aspetti vi soffermerete durante gli incontri successivi.

Una comunità di famiglie

Il Club degli Alcolisti in Trattamento è una comunità multifamigliare inserita nel territorio, che s'incontra con regolarità per produrre un cambiamento di stile di vita positivo che abbia, tra le altre cose l'obiettivo di allontanare l'alcool dalla vita familiare, ma non soltanto questo.

Abbiamo con questo già introdotto due aspetti fondamentali :

- il CAT è costituito da famiglie e non da persone singole;
- l'obiettivo del lavoro del CAT non è l'astinenza dalle bevande alcoliche, ma un cambiamento nello stile di vita familiare, che comprenderà anche l'astinenza ma non solo questa, e che può essere definito come "stile di vita sobrio".

Il termine "sobrietà" è stato inizialmente frainteso da molti che l'hanno interpretato come un ritorno al bere cosiddetto moderato. Nulla di tutto questo. Uno stile di vita sobrio, obiettivo che attraverso il Club si vuole raggiungere, non è fatto di un solo comportamento, come quello relativo all'alcool, ma di un insieme di comportamenti che riguardano molti ambiti della vita di ciascuno. Perciò lo stile di vita sobrio comprende anche l'asti-

CONFRONTARE
E INIZIARE

Raggiungere l'obiettivo

nenza dall'alcool e da altre sostanze tossiche per l'organismo, ma va molto al di là di questo. Non è qualcosa in meno ma al contrario qualcosa in più che l'astinenza. Riguarda un certo modo di entrare in contatto con le persone, che sia più attento alla sostanza che all'apparenza; un certo stile di rapporto con le cose, che non sia quello del consumismo imperante; un modo di stare nell'ambiente, nella natura, che sia rispettoso di tutto quanto ci circonda; una fondamentale e costante attenzione a quanto di più profondamente umano vi è in tutti noi, aldilà della materia di cui siamo fatti: concetto che ci porta a quella spiritualità antropologica, cioè umana e non religiosa, introdotta nei programmi ecologico-sociali da diversi anni, cui sarà dedicato l'ultimo incontro della Scuola Territoriale.

6

Famiglie che cambiano

E' evidente che, anche se lo spunto iniziale che ha portato alla nascita dei Club è stato l'alcool, nello sviluppo successivo dell'esperienza proprio Hudolin ne ha ampliato il significato, sottolineando che l'importante non è il dilemma bere-non bere, ma una modifica del comportamento di tutto il nucleo familiare. Senza questo cambiamento di stile di vita anche il comportamento in relazione all'alcool non potrà arrivare a scelte di maggiore benessere per tutta la famiglia.

Smettere di bere è cosa relativamente facile: ogni alcolista potrà confermarlo. Difficile è mantenere questa scelta nel tempo se non è l'espressione di una volontà di cambiamento nella propria vita, di uno stile diverso nell'affrontare le difficoltà, della ricerca di una comunicazione più ef-

ficace, di una diversa capacità di esprimere i sentimenti. Tutti cambiamenti che non possono avvenire se non nelle relazioni con gli altri, in primo luogo in famiglia e poi nell'ambiente sociale, lavorativo e del tempo libero. Quindi non solo dentro al Club, ma anche fuori di esso.

L'ABC del Club

Anche se può sembrare banale, è importante spiegare gli aspetti pratici della vita di un Club: ha una sede ed un orario fissi; si riunisce una volta la settimana ed ha una durata stabilita di circa un'ora e mezza; vi si incontrano un certo numero di famiglie con problemi alcool-correlati, le eventuali famiglie cosiddette "sostitutive" di persone senza famiglia propria, ed una persona che ha accettato di mettersi al servizio del Club (del servitore\insegnante\operatore si parlerà in uno degli incontri successivi, quindi non dilungatevi sul suo ruolo).

Non è ammessa la presenza al Club di altre persone, eccetto quella dei partecipanti alla "Settimana di sensibilizzazione" per diventare futuri servitori\insegnanti, ai quali è richiesto di visitare per una volta due Club nel corso della stessa settimana. E' importante chiarire questo aspetto, insieme alla garanzia che a tutti i partecipanti, servitore\insegnante (operatore) compreso, è richiesta la riservatezza sui contenuti delle vicende personali di cui le famiglie parlano nell'incontro settimanale.

Altra cosa sono gli eventuali incontri o riunioni di vario genere che i Club possono organizzare per farsi conoscere nel territorio, per sensibilizzare nuove persone ai problemi legati al bere o altro

ancora. Tutte iniziative lodevoli, ma da non confondere o mescolare con la riunione settimanale del Club, che è uno spazio riservato alle famiglie e soltanto a loro.

Del Club entrano a far parte le nuove famiglie che lo desiderano, senza che esistano particolari aspetti burocratici o di selezione. Aspetti particolari possono riguardare famiglie con problemi complessi, di cui parleremo più avanti.

Crescete e moltiplicatevi

Al crescere delle dimensioni del Club, ad esempio quando si raggiungono le dodici famiglie, ma talvolta anche prima, è necessario che lo stesso si divida, o meglio si moltiplichi, per dare vita a due Club più piccoli. La moltiplicazione del Club è indispensabile perché ad ogni incontro sia dato a tutti lo spazio necessario ad esprimersi e ciascuno riceva l'attenzione necessaria a farlo sentire a suo agio in mezzo agli altri. Spesso quando un Club diventa molto numeroso la discussione diventa superficiale e frettolosa, le assenze di qualcuno vengono sottovalutate, e dopo qualche tempo le famiglie cominciano ad allontanarsi ed il Club muore.

La moltiplicazione deve essere discussa all'interno del Club, su proposta del servitore o delle famiglie, e dovrebbe essere vissuta come un momento di festa, perché significa che una nuova porta si apre nel territorio per le famiglie che ne hanno bisogno. I rapporti di amicizia che si sono creati possono continuare, perché le famiglie possono incontrarsi anche al di fuori dell'incontro settimanale del Club, e quindi questo non deve condizionare a trascurare la moltiplicazione quan-

do è il momento di farla. D'altra parte non è ammissibile che il Club, una volta raggiunte certe dimensioni, rifiuti l'ingresso di altre famiglie: questo sarebbe un atteggiamento che non rispetta i principi stessi dell'esistere dei Club, come la condivisione e la disponibilità al cambiamento, e quindi non può essere accettato.

A ciascuno il suo compito

All'interno del Club alcuni compiti necessari al buon funzionamento del Club stesso vengono attribuiti a turno alle diverse persone, come in qualsiasi gruppo o associazione. Vengono infatti scelti un presidente, con il compito di rappresentare il Club nei rapporti con altri Club o altre realtà del territorio o in altre occasioni ancora; un segretario, che tiene la corrispondenza, o le comunicazioni di vario genere; un tesoriere, che raccoglie le quote d'iscrizione e tiene la cassa del Club. Insieme a queste cariche possono venirne decise altre secondo le necessità, come ad esempio una persona responsabile per la sede, un'altra per la somministrazione dell'Antabuse nel caso qualcuno lo assuma, un'altra ancora per l'organizzazione del cosiddetto "patronage" o visita amicale (ne parleremo meglio altrove) ed un'altra per i contatti con l'Associazione dei Club della zona e così via.

E' importante che ognuno dei membri del Club abbia un suo compito, un interesse che lo tenga attivo e che eviti la tendenza al disinteresse ed all'abbandono: le cariche che vengono stabilite dovrebbero essere tante quante sono le persone che vi partecipano.

Metta a verbale

Per quanto riguarda i singoli incontri di Club, ogni settimana viene scelta una persona che dovrà preparare il verbale della serata, che leggerà all'inizio dell'incontro successivo, ed un conduttore che avrà il compito di guidare la serata coordinando gli interventi, evitando le sovrapposizioni o il silenzio di qualcuno. In molti Club ad esempio è stato deciso che la persona che ha fatto il verbale lo leggerà all'inizio dell'incontro successivo e poi condurrà la serata, e così via a turno ogni settimana. La preparazione del verbale è un elemento di grande importanza: aiuta a riprendere le fila dell'incontro precedente, permette a qualcuno che è stato assente di inserirsi subito nel discorso, col passare del tempo diventa la memoria storica del Club.

6

Non bisogna dimenticare che preparare un verbale è uno stimolo prezioso da un punto di vista sia intellettuale che psicologico per chi spesso si è abbandonato all'apatia annegando la propria autostima nell'alcool. Ci sono state persone che dopo aver protestato di non essere capaci di scrivere, ed essere stati convinti dagli altri a farlo, hanno prodotto alcuni tra i più bei verbali che si possano immaginare. Ricordo anche un uomo analfabeta: le altre famiglie del Club per fortuna non accettarono di considerarlo solo per questo incapace di fare ciò che tutti gli altri facevano, e dopo una interessante discussione si decise che avrebbe dettato i contenuti del verbale al figlio che lo avrebbe scritto. Il verbale può così facilmente diventare qualcosa che si fa insieme in famiglia.

Nella maggioranza dei Club vi è una persona che tiene il conteggio settimanale dei giorni di asti-

nenza dall'alcool, che ormai sarebbe meglio chiamare di sobrietà, ed anche questo può avere un significato: una conferma dei propri passi in avanti, ed uno stimolo per gli altri nel fare altrettanto, un segnale della strada che si può percorrere da parte di chi è inserito nel cammino da più tempo nei confronti di chi è appena all'inizio. Molte famiglie alla loro prima serata di Club hanno vissuto come un grande incoraggiamento la lettura dei giorni di sobrietà degli altri pensando: "Se ce l'ha fatta lui, o lei, posso farcela anch'io". E così una cosa apparentemente banale può essere un elemento di aiuto in più per chi è maggiormente in difficoltà.

La suddivisione di questi incarichi all'interno del Club, oltre ad essere una necessità pratica, è una opportunità che viene data a ciascuno di assumersi delle responsabilità, quelle che spesso l'uso dell'alcool aveva reso impossibile sostenere: riprenderle è un segnale importante di cambiamento. Un altro significato di questi incarichi è quello di sostenere le necessità della vita di Club in uno spirito di collaborazione tra tutti proprio attraverso la suddivisione degli incarichi.

E' bene ricordare ai presenti l'importanza che tutti gli incarichi vengano sostenuti a turno, che non si creino incarichi fissi "a vita", magari con la scusa che quella persona è proprio brava a fare il verbale, oppure quell'altra tiene la cassa con grande attenzione. Dal momento che si tratta di compiti elementari, ognuno dovrebbe essere in grado di svolgerli, oppure di impararli nuovamente se gli anni passati in compagnia della bottiglia hanno fatto perdere determinate capacità. Ognuno farà le cose come potrà, l'importante è che ci sia l'impe-

gnolo di ciascuno di sostenere i propri compiti con la consapevolezza che si può sempre migliorare.

Tre parole chiave

Talvolta all'interno del Club c'è chi propone di eliminare alcune di queste abitudini. Tutte le abitudini che un gruppo di persone utilizza possono essere discusse, l'importante è che nella discussione si tengano sempre presenti i principi che devono guidare la vita dei Club, che ne hanno ispirato il lavoro fin dall'inizio: la solidarietà, l'amicizia e l'amore fra le persone. Nella sede di alcuni Club queste tre parole sono appese al muro come si appende un bel quadro, e forse sono lì per non far dimenticare, anche nei momenti più critici, che abbiamo dei principi che ci ispirano. L'ultimo incontro della Scuola Territoriale sarà dedicato alla spiritualità antropologica, ma mentre conducete tutti gli altri incontri ricordate che la spiritualità è qualcosa che pervade tutto il lavoro, che dovrebbe essere presente in ciascuno degli incontri come in ogni giorno della nostra vita.

Quindi se qualcuno propone di eliminare una delle abitudini della vita di Club, ad esempio la preparazione del verbale, è bene ricordare che la poca voglia di farlo, o la convinzione di non essere capaci di farlo, non è affatto una buona ragione per abolirlo. Al contrario queste obiezioni sono un importante segnale che il cambiamento verso un nuovo stile di vita sta incontrando degli ostacoli, e dovrebbero indicare a tutti la necessità di una discussione non sul verbale ma su che cosa significa cambiamento.

Le "regole" del gioco?

E' utile spendere anche qualche parola sulle cosiddette "regole". Da qualche anno ormai è stato detto ripetutamente che nel Club non esistono regole, se non quelle elementari che sono presenti nel funzionamento di ogni gruppo di persone che s'incontrano: giorno e ora dell'incontro fissi, la puntualità ed il divieto di fumare durante la riunione, oltre alla moltiplicazione periodica una volta l'anno o comunque all'arrivo della dodicesima famiglia.

Le altre, come già detto, sono abitudini che si sono consolidate nell'esperienza, che sono state mantenute perché evidentemente hanno dimostrato una utilità, ma che possono essere anche modificate purché si rispetti lo spirito del Club.

Soffermiamoci un attimo su che cosa significa la parola regola: è qualcosa che se non rispettata dà luogo a sanzioni di vario genere, o vieta alla persona che non la rispetta di far parte di quel gruppo o realtà in cui esiste la regola. Il divieto di fumare è una regola sociale di rispetto degli altri, in certi luoghi è prevista una multa se questa regola non è rispettata, nel Club è previsto che si chieda a chi vuole fumare di aspettare la fine dell'incontro o di fumare all'esterno della sede. La persona che non è puntuale si colloca da sola fuori dal Club nel senso che mentre gli altri lavorano insieme non è presente, e arrivando in ritardo non rispetta gli altri.

Ma non è una regola fare il verbale o conteggiare i giorni di sobrietà, non è una regola arrivare al Club sotto l'effetto dell'alcool, né mostrarsi poco solidale con gli altri. Sono abitudini utili le prime, ma che possono anche essere modificate senza

uscire dallo spirito del Club, sono principi del lavoro del Club i secondi, sui quali impegnarsi a crescere. Non mi risulta che nessuno sia mai stato cacciato via da un Club perché continuava a bere o stentava a cambiare: è proprio su queste cose che il Club deve impegnarsi e possono volerci mesi o anni d'impegno di tutti. Quindi tutt'altro che regole. Tuttavia va ricordato che di solito quando si entra a far parte di qualunque gruppo si accettano le regole ed anche le abitudini, le usanze che esistono: sarebbe un po' strano che qualcuno entri in un gruppo e pretenda di cambiare tutte le abitudini esistenti, forse è solo un modo di non accettare davvero di sentirsi parte di quel gruppo o di occuparsi di ciò che è veramente importante. A volte si parla molto di cose di poca importanza per evitare di parlare delle cose fondamentali, ma che costano più fatica. E' utile che le famiglie siano invitate a riflettere su questo perché è probabile che nel Club avranno occasione di trovarsi in circostanze simili.

Ricordate man mano che procedete di verificare la comprensione di tutti, di sollecitare eventuali domande, in una parola di verificare il "feedback" dei partecipanti. E' possibile che alcune famiglie, iniziando la frequenza al Club abbiano trovato contraddizioni rispetto a ciò che state dicendo durante la Scuola Territoriale. Questo è certamente un problema che merita di essere approfondito, ad esempio nella riunione mensile dei servitori/insegnanti (operatori), perché se i messaggi da parte dei diversi servitori non sono tra loro omogenei finiscono per disorientare gravemente le famiglie.

Un nodo della rete

Un ultimo aspetto su cui vale la pena di soffermarsi prima di chiudere l'incontro è quanto avete già approfondito nell'incontro precedente, e cioè che il Club non è un'isola, ma una realtà inserita nella comunità locale, un nodo di quella rete territoriale di cui avete già spiegato l'importanza.

E a questo proposito potete citare come esempio l'organizzazione degli Interclub, cioè incontri di tutti i Club di un territorio, cui sono invitate le famiglie che ne fanno parte, ma anche tutta la popolazione interessata. L'argomento che viene dato come titolo all'Interclub rappresenta sempre un'occasione per sensibilizzare la comunità sull'esperienza dei Club che è proprio messa a disposizione come porta aperta nel territorio.

La sintesi

Potete ora sintetizzare i punti toccati in questo incontro:

- che cos'è un Club degli alcolisti in trattamento;
- i principi di solidarietà, amicizia e amore che ne ispirano il lavoro;
- il funzionamento e l'organizzazione pratica degli incontri;
- la moltiplicazione del Club;
- il Club come nodo della rete sociale.

Siccome è possibile che altre domande vengano poste su questi argomenti, per evitare di dare risposte frettolose o di trattenere le persone oltre l'orario concordato, preannunciate che i prossimi incontri saranno tutti dedicati al Club, e quindi ci sarà tempo per rispondere a tutti i quesiti. La prossima volta in particolare si discuterà sul ruolo del servitore e sulle ricadute.

SETTIMO INCONTRO:

IL RUOLO DEL SERVITORE\INSEGNANTE (OPERATORE). LE RICADUTE.

7

Parlare del ruolo del servitore/insegnante (operatore) è importante perché, completando quanto detto nell'incontro precedente, aiuterà le famiglie a capire meglio che cosa è veramente un Club, e quindi a collocare correttamente anche la propria posizione al suo interno.

Se qualcuno fra i presenti, com'è probabile, sta già partecipando al Club, potete fare un veloce giochino per introdurre l'argomento: disegnate in modo schematico sulla lavagna o su un lucido un certo numero di persone (i membri del Club) seduti in circolo. Chiedete a chi è già stato in Club di disegnare il servitore(operatore) nel posto in cui secondo lui è collocato all'interno del Club. Fate lo fare a più d'uno in modo da poter anche confrontare punti di vista diversi.

A seconda del periodo di frequenza al Club, e naturalmente anche delle caratteristiche del servitore (operatore) che quella persona ha conosciuto, le risposte saranno diverse: è al centro, è al di

sopra, è fuori, è di lato e così via. La percezione del suo ruolo e della sua collocazione varia di solito con l'aumentare del tempo di frequenza, con l'esperienza del servitore/insegnante (operatore), il tempo di vita del Club e altre caratteristiche ancora. Ma è anche possibile che tra le diverse risposte qualcuno disegni il servitore/insegnante insieme agli altri, nel cerchio del Club, senza tuttavia essere in posizione gerarchica o centrale.

Una persona al servizio delle famiglie

Il servitore/insegnante (operatore), come tutti sapete, è membro a tutti gli effetti del Club, con un ruolo particolare che è quello di servizio alle famiglie. Negli ultimi anni del suo lavoro Hudolin ha introdotto accanto al termine "operatore" quello di "servitore", per sottolineare che l'atteggiamento con cui chi svolge questo ruolo si deve porre è quello "al servizio di...": non è un ruolo centrale, non deve essere una ricerca di protagonismo o di potere sugli altri, non deve essere di saccente superiorità come di chi pensa di avere soluzioni in tasca per tutti. E vi ha affiancato anche quello di "insegnante" per ricordare che deve preoccuparsi anche di garantire la formazione delle famiglie attraverso l'impegno nelle Scuole Territoriali.

La presenza del servitore/insegnante è indispensabile quanto quella delle famiglie: non c'è Club senza famiglie, come non c'è Club senza servitore/insegnante. La sua presenza caratterizza il Club e lo differenzia da altre esperienze che hanno caratteristiche di gruppo, ma Club non sono, come ad esempio i gruppi di auto-aiuto quali gli Alcolisti Anonimi.

Se il servitore/insegnante lascia per vari motivi il Club, è necessario che le famiglie ne trovino un altro per poter continuare il cammino, a meno che si tratti di un'assenza momentanea per un problema di salute non grave o per un periodo di ferie. Ma se l'assenza si prolunga è necessario che le famiglie discutano la situazione per trovare una soluzione.

Se la presenza del servitore/insegnante (operatore) è indispensabile, qual è allora il suo ruolo?

E' quello di stimolare le famiglie a lavorare per il cambiamento, per migliorare le condizioni di vita delle famiglie stesse, la crescita. Per fare questo il servitore/insegnante dovrà preoccuparsi di creare insieme agli altri un clima sereno, di accettazione di tutti qualunque ne sia la situazione e le difficoltà, dovrà essere presente e partecipe ma cercando di non sostituirsi agli altri, non dovrà trovare risposte e soluzioni, ma accompagnare gli altri nella ricerca: un ruolo né centrale né marginale. Deve saper intervenire quando è utile farlo, e stare zitto quando il suo intervento non è necessario. In un certo senso deve preoccuparsi di garantire alle famiglie che il Club sia un luogo in cui è possibile fare un percorso di ricerca dei cambiamenti possibili per stare meglio.

Questa posizione del servitore/insegnante al servizio del Club permette di far capire meglio ai presenti che il Club non è un gruppo di psicoterapia, in cui l'operatore è una figura centrale; non è un momento di un trattamento medico nel quale ci si aspetta una risposta da un professionista a cui si delega il proprio problema sperando che abbia la soluzione in tasca. Potete anche ricordare ai presenti quanto avete discusso nel primo incon-

tro, quello sulla salute, a proposito di auto-protezione della salute da parte di ciascuno.

Il benvenuto ai nuovi membri

Compito del servitore/insegnante è anche quello di introdurre la nuova famiglia al Club. Per fare questo invita solitamente la famiglia che chiede di esservi inserita ad un colloquio che deve servire per una iniziale reciproca conoscenza, per spiegare in modo sintetico il funzionamento del Club, e per dare alla nuova famiglia la possibilità di dire o di chiedere ciò che per loro è importante in quel momento. Questo colloquio iniziale con il servitore del Club è diverso da tutti gli altri eventuali colloqui cui la famiglia può avere partecipato nella sua ricerca di una soluzione al proprio problema: è un po' come il benvenuto che si dà ad un nuovo membro della famiglia mentre gli si apre la porta di casa.

Le famiglie che hanno già iniziato la partecipazione al Club avranno evidentemente conosciuto servitori /insegnanti (operatori) diversi, chi un professionista che lavora in un servizio pubblico, chi un impiegato dell'ufficio postale, chi un insegnante, una casalinga o forse un sacerdote. Alcuni servitori sono giovani, altri anziani, qualcuno è sposato e qualche altro non lo è, alcuni hanno anche avuto in precedenza problemi con l'alcool.

Diversi ma uguali

Può essere quindi utile spiegare che il ruolo di servitore di Club è indipendente da caratteristiche personali o professionali di vario genere. I servitori/insegnanti che le famiglie presenti avranno conosciuto o conosceranno sono persone diverse, ma hanno in comune la caratteristica di aver

partecipato ad un corso specifico per prepararsi a svolgere la loro opera al servizio delle famiglie dei Club: la cosiddetta "Settimana di sensibilizzazione ai problemi alcool-correlati e complessi". Al termine di questo corso si sono impegnati a mantenersi aggiornati con riunioni ed incontri specifici di formazione ulteriore per essere sempre in grado di servire al meglio le famiglie. Anche le persone che hanno vissuto le stesse difficoltà a causa dell'alcool possono diventare, se lo desiderano, servitori/insegnanti (operatori) di Club, purché accettino anche l'impegno di continuare a frequentare con la propria famiglia il proprio Club di appartenenza: come ogni altra famiglia con problemi alcool-correlati deve continuare il proprio percorso di miglioramento di stile di vita, e se qualcuno della famiglia decide d'impegnarsi come servitore di altre famiglie questo non toglie che continui anche il suo percorso personale e familiare. Essere membro di Club per un problema della propria famiglia ed essere servitore/insegnante (operatore) sono due ruoli ben diversi che non si possono sostituire uno con l'altro.

Cado ma mi rialzo

Se non ci sono richieste di chiarimenti da parte dei presenti, potete passare ad un altro aspetto importante nella vita di Club: la ricaduta. Questa parola suscita in genere fantasmi di tipo molto negativo, richiama esperienze dolorose già vissute ripetutamente. Farestes bene a preannunciare che nella visione cosiddetta ecologico-sociale che Hudolin ha introdotto con i Club, anche la ricaduta è vista in maniera diversa, e in qualche modo più aperta alla speranza.

Sentiamolo dalle sue stesse parole:

“Per ricaduta si intende in genere un aggravamento o un nuovo episodio di una malattia. Quando si parla di alcolismo, per ricaduta si intende di solito il ritorno al bere. Se per alcolismo si intende invece un determinato modello comportamentale, in questo caso la ricaduta dovrebbe essere intesa come il ritorno a quel modello comportamentale che era presente prima di iniziare il trattamento. Con l’astinenza e la frequenza al Club il comportamento cambia. Quindi la ricaduta può anche intendersi come il ritorno al vecchio stile di vita, sia che si riprenda o che non si riprenda il bere.”

Partendo da questa definizione che intende l’alcolismo non come malattia ma come un problema di comportamento, di stile di vita, potete stimolare la discussione sul fatto che possono esserci diversi tipi di ricadute e chiedere ai presenti di trovare quali.

Se avete lavorato bene sul concetto che il problema non è del singolo ma della famiglia, è probabile che qualcuno introdurrà l’idea che può esserci una ricaduta della famiglia, che può essere del tutto indipendente dalla presenza o dal ritorno dell’alcool, ma invece consistente in un tornare indietro a modi di comportarsi e di rapportarsi l’un l’altro che facevano parte del passato, di quel passato pieno di difficoltà che si vuole superare. Spesso per ricordare che ricaduta non è soltanto la ripresa del bere si sono utilizzati i termini di “ricaduta bagnata” e “ricaduta asciutta”.

E così ci si è resi conto che le ricadute sono tanto più frequenti di quanto si è soliti pensare. Ricordate di chiedere degli esempi concreti di quali possono essere comportamenti che possono rappresentare una ricaduta della famiglia, e se ci sono difficoltà aiutate i presenti a trovarle. Portateli a pensare ai modi di comunicare, a certe reazioni a ciò che l'altro dice o fa, alla chiusura in se stessi al posto del confronto e così via con mille possibili esempi.

Quando cade il Club

Stimolate poi anche una riflessione su ciò che accade nel Club stesso: può esserci una ricaduta del Club? La risposta è ovviamente sì, ed è anche in questo caso fondamentale fare esempi, perché ciascuna delle persone che fa parte di un Club dovrebbe acquisire la capacità di cogliere i momenti in cui si stanno facendo passi indietro, per intervenire e contribuire a riprendere il cammino verso il cambiamento. Il Club che giudica, che non sostiene abbastanza la fatica di qualcuno più in difficoltà, che è tutto amicizia ed amore ma solo per alcuni e non per altri, che si chiude al suo interno come fosse una setta segreta : sono tutti esempi di un modo di tornare indietro.

E se cade il servitore/insegnante ?

E il servitore/insegnante, anche detto operatore? E' un personaggio al di sopra di tutto oppure può ricadere anche lui? Le famiglie forse a questo punto saranno un po' titubanti , anche perché voi stessi svolgete questo ruolo e può essere difficile, soprattutto all'inizio, non avere la tendenza a mitizzare un po' questa figura ancora poco conosciuta. In ogni caso è bene rendere un po' più umana

questa figura, che come tutti gli umani può commettere errori e può avere in certi momenti la tendenza a fermarsi lungo la strada e sedersi lì ad aspettare che le cose cambino per magia o per iniziativa di altri. E' una ricaduta del servitore/insegnante (operatore), come è in ricaduta quando toglie spazio alle famiglie oppure quando è assente pur essendo fisicamente lì, è in ricaduta quando è aggressivo con qualcuno, quando si assenta spesso e senza giustificarsene, quando arriva sempre in ritardo, quando utilizza il Club per propri bisogni personali, quando non lavora perché tutta la famiglia sia presente al Club e tante altre cose ancora. Se può farvi piacere sappiate che le famiglie che partecipano al Secondo Modulo della Scuola Territoriale, quindi dopo un anno o più di frequenza al Club, sono molto più preparate sull'argomento: servitori in ricaduta a quanto pare se ne vedono parecchi...

Cade anche la comunità

Se è vero che il Club è un nodo inserito in una rete sociale, è evidente che i cambiamenti stimolati dal lavoro dei diversi Club di un territorio possono contribuire ad un cambiamento a livello culturale nel modo di vedere certi comportamenti come l'uso di alcool, nella considerazione che si ha per chi vive problemi di questo genere e nella possibilità di affrontarli. Come già ricordato nella parte iniziale, se i Club lavorano bene e sono aperti al territorio, anche la comunità fa un percorso di cambiamento, che purtroppo può fermarsi o regredire in momenti di crisi dei Club. L'atteggiamento di maggiore consapevolezza dei rischi dell'al-

cool, la fiducia nella possibilità che questi problemi si risolvano, la stima per chi è passato attraverso questi problemi e ne è uscito, sono tutte conquiste che una comunità può aver fatto, ma che possono anche perdersi se il percorso di crescita si ferma. La sensibilizzazione di un territorio non è una cosa acquisita una volta per tutte: deve prevedere un continuo impegno, altrimenti la ricaduta della comunità verso i vecchi luoghi comuni sul bere e sull'alcolismo è inevitabile.

Se una ricaduta si è verificata questo è comunque un problema di tutti, che non deve essere visto come qualcosa di drammatico che chiude ogni possibilità, ma invece come un campanello d'allarme: ci segnala che qualcosa sta accadendo. Allora è bene fermarsi per capire che cosa questo allarme che suona ci sta dicendo. Forse qualcosa è accaduto nella famiglia o nel Club, un fatto nuovo, o qualcosa che invece era sotto gli occhi di tutti ma è stato trascurato; forse è stata una difficoltà imprevista, o una sensazione di scarso appoggio. La ricaduta, con alcool o senza alcool che sia, deve portare a riflettere e a discutere per capire meglio.

Spesso in coincidenza con una ricaduta può esserci l'assenza dalla riunione settimanale del Club di chi ha ripreso a bere, o della famiglia che si è trovata più in difficoltà. Oppure c'è comunque un'assenza non preannunciata di qualcuno, senza che si sappia che significato dare a questo fatto.

Il "patronage"

In questi casi è utile il cosiddetto "patronage" o visita amicale: una visita appunto organizzata dal Club in spirito di amicizia, per essere vicini alla

famiglia in difficoltà, per non interrompere il percorso iniziato insieme, per invitare a rivedersi la settimana successiva alla riunione settimanale.

Chi fa parte di un Club non deve mai giudicare, ma sostenere. E' fondamentale ricordarsi di essere una rete: davanti ad una ricaduta il Club deve essere una buona rete che non lascia cadere nessuno nel vuoto. Poi viene tutto il resto, ma la prima cosa è attutire quella caduta, far sì che non sia tanto grave, che si possa mettere un gesso e poi riprendere a camminare magari meglio di prima.

Una crescita infinita

Discutendo di Club, di cambiamento e di ricadute bagnate o asciutte che siano, è probabile che fra i presenti qualcuno ponga la fatidica domanda: "Ma per quanto tempo si deve frequentare il Club?". Se anche nessuno lo chiede, vale la pena comunque di spendervi qualche minuto perché è un problema che sorgerà facilmente più avanti.

Ricollegatevi a quanto avete detto negli incontri precedenti sul fatto che il problema dell'alcolismo non è né un vizio né una malattia, ma un determinato comportamento che porta con sé vari problemi; sul fatto che risolvere questo problema vuol dire rimettere in discussione comportamenti personali e famigliari che non sono soltanto il fatto di bere o non bere bevande alcoliche; sul significato di ricaduta che è soprattutto un tornare indietro al vecchio stile di comportamento che provocava o accompagnava i problemi; sul fatto che il Club esiste ed è a disposizione delle famiglie per consentire loro di fare un loro percorso di cambiamento positivo.

A questo punto chiedete proprio alle famiglie presenti di provare a stabilire quanto tempo sarà loro necessario per cambiare lo stile di vita personale di ciascuno di loro e della famiglia nel suo complesso perché ci sia una situazione di massimo benessere per tutti.

Verranno date tante risposte diverse, chi dirà due mesi, chi due anni, chi ammetterà di non saperlo. Proprio così: non si può saperlo. Un medico può sapere per quanto tempo occorre prendere un antibiotico per curare la tonsillite, ma non c'è nessuno, neanche il più abile professionista, se non pecca di presunzione, che possa stabilire se una persona cambierà il suo stile di comportamento e in quanto tempo questo avverrà: nessuno possiede la sfera di cristallo per vedere il futuro. Ed inoltre ogni persona vive la sua sfera di libertà, che lo porta a fare scelte di cambiamento o di non cambiamento che nessuno può prevedere con certezza.

7

Ad ognuno la sua risposta

Allora forse la risposta migliore è che ognuno deve darsi la risposta. Il Club è lì a disposizione, l'operatore è al suo servizio, e chi viene sa che tutto questo è per tutto il tempo che ciascuno vorrà. Fino a quando l'appuntamento al Club avrà qualcosa da offrire, finché il dialogo che può esserci, il confronto delle esperienze sarà utile, ognuno sa che può continuare. Ognuno deve sapere anche che al Club si dà e si riceve, e che si può restare anche perché si vuole offrire ad altri ciò che prima si è soprattutto ricevuto da chi era già lì. Il Club è un momento d'incontro e di crescita per le fami-

glie, non è una terapia che deve per forza avere inizio e fine.

“In base al pensiero contemporaneo sulla protezione e promozione della salute è indispensabile introdurre la filosofia e la pratica dell'autoprotezione nelle famiglie, nei Club e nelle comunità nelle quali la gente vive e lavora. L'autoprotezione è un diritto-dovere di tutti i cittadini per tutta la vita ed è abbastanza evidente che l'alcolista si deve particolarmente responsabilizzare nelle attività che riguardano il controllo dei problemi alcolcorrelati: è ricco in esperienze personali e durante il lavoro nel Club ha imparato moltissimo su questo problema. Il Club è una comunità multifamiliare che fa parte della comunità territoriale e che si basa sulla libera iniziativa dei cittadini, come molte altre iniziative sociali. Perché un cittadino dovrebbe abbandonare queste organizzazioni, ivi compreso il Club, dopo uno, cinque, dieci o più anni?...”

(V.Hudolin, 1995)

Una volta durante una Scuola Territoriale, mentre si discuteva di questo argomento, chiedendosi quanto tempo occorreva per migliorare se stessi e quando questa crescita poteva considerarsi conclusa, mi venne in mente la mia bisnonna. Era una simpatica vecchietta che d'inverno mi faceva sempre le caldarroste. All'età di circa ottant'anni, sentendosi un po' malandata e forse prossima a lasciare il mondo terreno, disse, lasciando di stucco figli, nipoti e pronipoti, che le sarebbe dispiaciuto

morire perché aveva ancora tante cose da imparare dalla vita.

Chissà, forse la risposta dipende da quante cose uno pensa di avere ancora da imparare nella vita...

La sintesi

Nella sintesi ricordate che avete parlato di:

- chi è il servitore/insegnante (operatore) del Club;
- qual è il suo ruolo;
- che cosa significa ricaduta;
- la ricaduta dell'alcolista, della famiglia, del servitore/insegnante, del Club e della comunità;
- il "patronage" ;

e che vi siete interrogati, senza trovare risposta, su quanto deve durare il cambiamento dello stile di vita.

Pensateci ancora e arrivederci alla prossima volta!

OTTAVO INCONTRO:

LE ASSOCIAZIONI DEI CAT. IL CENTRO ALCOLOGICO TERRITORIALE.

Questo incontro è importante perché tocca un argomento che spesso si è rivelato di difficile comprensione per le famiglie anche dopo un certo periodo di partecipazione al Club. Si tratta cioè del motivo per il quale dopo la nascita dei primi Club si è sentita l'esigenza di riunirsi e creare le associazioni dei Club. Spesso non è chiaro lo scopo di questo riunirsi, cui viene a volte attribuito un significato puramente burocratico che toglie significato all'impegno lasciandolo eventualmente nelle mani di pochi, sempre gli stessi, togliendo la possibilità della ricchezza e degli stimoli provenienti da persone diverse.

Un ospite gradito

Nella preparazione di questo incontro può essere utile invitare un rappresentante dell'Associazione che riunisce i Club del proprio territorio locale, e se si vuole, regionale, in modo da non lasciare che il contenuto di questo incontro rimanga qualcosa di astratto. La presenza di persone che

rappresentano le diverse associazioni può rendere più chiaro che si tratta di persone degli stessi Club che s'impegnano per offrire un servizio a tutte le famiglie e agli operatori. Aver accettato un impegno nell'associazione dei Club non è nulla di diverso dagli altri compiti che le persone a turno si assumono per far procedere nel modo migliore il cammino di tutti, come è stato spiegato nell'incontro in cui si è parlato del funzionamento e dell'organizzazione dei Club.

Attenzione però! Ricordatevi che tutto il ciclo di Scuola Territoriale deve essere condotto dallo stesso unico insegnante. Quindi invitare qualcuno non significa che l'invitato o gli invitati condurranno l'incontro: significa invece che condurrete voi interpellandoli nel momento opportuno, ad esempio per far conoscere queste persone alle famiglie e per chiedere loro di dire qualcosa sulla loro esperienza concreta.

E' importante che nella fase organizzativa incontriate la persona o le persone che avete invitato, per spiegare come e quando li coinvolgerete, per spiegare che cosa vi aspettate da loro e concordare i contenuti degli interventi.

Tante sigle per tanti momenti

Ormai in tutte le regioni italiane esistono Club e quindi il loro associarsi è una realtà molto significativa e diffusa quasi in modo capillare, ma è facile che le nuove famiglie si perdano tra le diverse ma somiglianti sigle che sentiranno nominare.

La realtà associativa dei Club consiste di diversi momenti: conviene quindi iniziare semplicemente spiegandone il significato.

Cominciando dal livello più semplice, locale, il più vicino all'esperienza che le famiglie possono avere ecco l'ACAT che significa Associazione Club degli Alcolisti in Trattamento. Semplicissimo. Non dimenticate a questo proposito di dire quale territorio comprende la vostra ACAT, quella di cui fanno parte i Club che le famiglie li presenti frequentano. E' importante conoscere i legami che si hanno con qualcuno: i Club della stessa ACAT sono parenti stretti, devono conoscersi, sapere dove gli altri abitano, che vita fanno, essere pronti anche a darsi una mano, incontrarsi negli Interclub locali.

Esiste poi la realtà che raggruppa e rappresenta i Club di tutta la regione, cioè l'ARCAT: Associazione Regionale Club degli Alcolisti in Trattamento. Solo una lettera in più per dire "regionale". Se chi sta leggendo è della mia stessa regione, allora sarà di ARCAT-Piemonte che stiamo parlando, che ha il suo indirizzo a Chieri, luogo di fondazione dei primi Club della regione. Ogni regione ha la propria Associazione regionale, quindi anche i non piemontesi hanno chi li rappresenta tutti.

Ogni famiglia che partecipa alla Scuola Territoriale dovrà sapere che ha nell'ambito della propria regione una gran quantità di altri parenti, più lontani, di quelli che non si conoscono neanche tutti, ma che s'incontrano alle feste importanti, dove vengono tutti: gli Interclub regionali.

Ed infine l'AICAT: Associazione Italiana Club degli Alcolisti in Trattamento. Con la "i" per dire italiana.

E altri appuntamenti, meno frequenti, magari solo una volta o due l'anno, come ai congressi nazionali dei Club, per incontrare i parenti più lontani, che stanno magari all'altro capo dell'Italia, in cima alle montagne o sulle isole.

Conclusa questa rapida descrizione, potete coinvolgere le persone dei Club che avete invitato, ad esempio chiedendo di spiegare qual è l'importanza del fatto che i Club non siano isolati tra loro ma riuniti in associazioni, e che cosa questo significa dal punto di vista pratico. Se invece non è presente nessuno continuerete voi, ma l'incontro sarà meno vivace. Potete in questo caso coinvolgere i partecipanti stimolando la discussione su qual è il motivo per cui molte persone o famiglie che si occupano di varie questioni, anche al di fuori dei problemi dell'alcolismo, decidono di dare vita a delle associazioni, e da questo arrivare al senso di un'associazione dei Club.

Molti motivi per fare insieme

In qualunque modo decidiate di procedere è importante che emergano alcuni aspetti.

Unirsi per costituirsi in Associazione è utile:

- per non sentirsi soli: il Club non è un'isola in mezzo al mare con i pescecani intorno, ma un villaggio in mezzo alla campagna con strade che collegano ad altri villaggi simili, dove vivono persone con problemi simili ai nostri con cui si può parlare, incontrarsi, crescere nel rapporto reciproco;
- per essere più forti: il Club non è il luogo per piangersi addosso, o farsi consolare, ma luogo da cui si parte per far sentire la propria voce, per essere contenti di ciò che si è riusciti a cambiare e per esprimere la fiducia che altro di meglio ancora si può fare;
- per farsi conoscere più facilmente: certo anche ogni singolo Club può organizzare nel proprio territorio occasioni d'incontro con il resto della po-

- polazione, ma mettendo insieme più risorse tutto diventa più facile;
- per far crescere il senso di unità tra le famiglie e gli operatori dei diversi Club esistenti in ogni territorio: l'associazione dei Club è delle famiglie e degli operatori insieme, così come ogni singolo Club è fatto di famiglie ed operatori insieme;
 - per valutare le necessità dei Club: aprire nuovi Club, trovare operatori formati e disponibili, organizzare Scuole territoriali per aggiornare le famiglie e momenti di aggiornamento degli operatori;
 - per lavorare al cambiamento della cultura sanitaria e generale della propria comunità: nel cambiare la cultura ciascuno deve dare il contributo del proprio cambiamento personale, ma è il diverso comportamento di tanti insieme che fa veramente cambiare le cose.

Per quanto riguarda le Associazioni Regionali e l'Associazione Italiana dei Club, un significato loro specifico è anche quello di essere riconosciuti come interlocutori validi dagli enti pubblici e dalle istituzioni a vari livelli: ne sono esempi l'inserimento dell'ARCAT nell'albo regionale delle associazioni di volontariato, con possibilità di presentare specifici progetti nel campo dell'alcolismo e richiederne il finanziamento, e l'inserimento dell'AICAT nell'albo nazionale delle associazioni di volontariato, che ha permesso all'Associazione nazionale dei Club di essere chiamata ad esprimere il proprio punto di vista anche a proposito della legge sull'alcolismo che è in preparazione per essere discussa dal nostro Parlamento. Questo significa che l'esperienza e la voce delle famiglie e degli operatori dei Club di tutt'Italia arriva fino alle

orecchie di chi ci governa: nessuno di noi singolarmente avrebbe mai potuto fare tanto, ma essere uniti ha fatto sì che ci siamo arrivati.

E' importante che nel corso della discussione venga ricordato che l'associarsi insieme da parte dei Club ai vari livelli ha sempre il significato di offrire maggiori possibilità di benessere alle famiglie che si trovano in situazioni difficili: lo spirito che ha portato alla loro nascita era quello di servizio, e questo deve rimanere per il futuro. Accettare di impegnarsi nei Club o nell'ACAT o nella ARCAT significa sempre in primo luogo accettare di impegnarsi perché il proprio atteggiamento sia in linea con questo spirito e con la disponibilità al cambiamento personale.

Dopo che avete discusso sul significato delle Associazioni dei Club anche attraverso gli interventi delle famiglie che avevate invitato, potete riprendere la parola per sottolineare un altro aspetto fondamentale del lavoro dei Club.

Collaborare con "il pubblico"

Nel lavoro dei Club associati tra loro ha molta importanza la collaborazione con i servizi pubblici, che rappresentano un altro importante nodo della rete territoriale. I rapporti tra il privato dei Club ed il pubblico dei servizi non è sempre facile. Tuttavia lo sforzo di collaborazione è importante e andrebbe sempre ricercato.

Questa ricerca della collaborazione tra Club e servizi pubblici ha portato alla proposta della costituzione del cosiddetto Centro Alcológico Territoriale funzionale, su cui varrà la pena di spendere qualche parola durante questo incontro, poi-

ché le famiglie potrebbero sentirne parlare ed è importante sappiano di che cosa si tratta.

Un centro per coordinare

Il Centro Alcológico Territoriale funzionale non è un servizio nuovo o una nuova associazione, ma è il prodotto proprio della collaborazione tra i Club ed i servizi pubblici che a vario titolo si occupano di problemi alcool-correlati in un determinato territorio. Quindi non è un luogo fisico, una struttura costruita a questo scopo, ma le persone che ne fanno parte potranno incontrarsi in qualsiasi sede dei servizi o dell'ACAT di quella zona secondo le possibilità: questo è il significato della parola "funzionale". L'unico significato del Centro Alcológico Territoriale funzionale è quello di garantire la collaborazione, coordinare i programmi e progettare le iniziative con le idee e le forze di tutti, evitando che i Club e i servizi vadano ognuno per una strada diversa, con difficoltà inevitabili sia per gli uni che per gli altri.

E' evidente che quando i Club in un territorio si moltiplicano ed i programmi alcolici diventano più ampi e complessi, nasce l'esigenza di un coordinamento del lavoro, di una valutazione delle necessità esistenti, delle esigenze di ulteriore sviluppo sotto diversi punti di vista.

In parte questa funzione può essere svolta dall'ACAT, o anche dall'ARCAT per quanto riguarda le esigenze del territorio di un'intera regione, ma ciò che vi è di diverso quando questi compiti sono portati avanti da un Centro Alcológico Territoriale funzionale consiste nel fatto che vi sono coinvolti a pieno titolo uno o più servizi o enti pubblici: dal Comune al Servizio sociale, a servizi

sanitari sulla cui collaborazione si può quindi contare in modo stabile. Deve essere ovviamente un mettersi insieme di persone che sono impegnate in modo attivo nel lavoro, con il preciso intento di migliorarlo, e non l'adesione ad una specie di carica onorifica o l'accesso ad un ipotetico luogo per conquistare potere in istituzioni o servizi.

Ogni persona che dà il suo contributo al funzionamento del Centro Alcologico continua a ricoprire il proprio ruolo lavorativo come sempre nell'ente o servizio a cui appartiene, o continua ad essere membro di un Club di quel territorio o a svolgere la sua funzione di servitore-insegnante di un Club. Non cambia nulla, si dedica solo qualche ora del proprio tempo per favorire il buon funzionamento dei programmi collaborando con gli altri nell'interesse di tutti.

L'iniziativa di organizzare il Centro Alcologico dovrebbe essere dell'Associazione dei Club, eventualmente in collaborazione con un servizio pubblico che si occupa di problemi alcolcorrelati con il quale esista già una buona collaborazione.

Il Centro Alcologico Territoriale funzionale dovrebbe preparare i programmi per alcuni settori quali:

- la prevenzione primaria;
- la formazione e l'aggiornamento per i servitori-insegnanti (operatori);
- la formazione e l'aggiornamento per le famiglie;
- la diffusione sul territorio dei Club in modo uniforme;
- la ricerca scientifica;
- la preparazione di materiali didattici e pubblicazioni utili sull'argomento

e ogni altra necessità che si evidenzia nel territorio per migliorare il lavoro sui problemi alcool-correlati e favorire la protezione della salute della popolazione.

Esistono parecchie realtà in cui il Centro Alcolologico esiste e le varie iniziative sono organizzate proprio con questa dicitura, che comprende in sé tutte quelle realtà del settore pubblico e del privato che condividono gli stessi obiettivi di lavoro per i problemi con il bere. In altre realtà non esiste un Centro Alcolologico con tale nome, ma fortunatamente la collaborazione è una realtà, anche se non si è ancora pensato ad utilizzare questa dicitura. L'importante è l'ottica, anche questa specifica dei Club degli Alcolisti in Trattamento e del metodo ecologico-sociale di Hudolin, di costruire programmi che anziché chiudersi in un mondo di solo volontariato, magari critico e contrapposto alla realtà dei servizi, si propongano un rapporto di collaborazione senza rinunciare alla propria identità ma anche senza timori eccessivi.

La sintesi

Potete a questo punto concludere con la vostra sintesi che dovrà toccare:

- le associazioni di Club ai diversi livelli;
- il loro significato e l'utilità che hanno al servizio delle famiglie;
- la necessità della collaborazione dei Club con i servizi pubblici ed il Centro Alcolologico Territoriale funzionale.

Non dimenticate di ringraziare le famiglie che hanno portato il loro contributo all'incontro e date appuntamento a tutti per la prossima settimana per parlare di quando i Club incontrano problemi complessi.

NONO INCONTRO:

IL CAT ED I PROBLEMI COMPLESSI.

L'incontro può essere iniziato ricordando qualcosa che forse alcuni tra i presenti hanno già avuto modo di constatare, e cioè che i problemi legati all'alcool non sempre vengono da soli, anzi nella maggior parte dei casi sono accompagnati da altri tipi di difficoltà.

Parlando di problemi complessi non s'intende riferirsi alle difficoltà nei rapporti di coppia o familiari, ai guai che il bere provoca nella vita lavorativa e sociale in genere, ai problemi che l'alcool provoca sul fisico. Tutto questo è proprio l'essenza dei problemi alcool-correlati, la normalità di ciò che accade quando l'alcool in famiglia ha un posto centrale.

Invece possono esistere problemi che non sono in diretta relazione con l'alcool, o meglio non sono stati provocati direttamente dal bere, ma gli fanno buona compagnia.

Chiedete ai presenti se è capitato loro di osservare situazioni di questo genere, o anche di viver-

le personalmente. Non insistete troppo per sollecitare esperienze personali, anche se sapete che qualcuno tra i presenti si trova in un problema complesso associato all'alcolismo, perché la Scuola Territoriale non è il Club, e perché le famiglie sono in una fase iniziale in cui può essere difficile riuscire già ad aprirsi su problemi particolarmente delicati. Dovreste arrivare comunque a citare i problemi che più frequentemente si associano ad un problema di alcolismo rendendolo appunto "complesso":

- l'uso di altre sostanze oltre all'alcool;
- problemi psichici gravi, di quelli per intenderci, che richiedono le cure dello psichiatra;
- situazione di assenza completa di famiglia;
- essere "senza fissa dimora";
- essere immigrati, soprattutto da paesi extra comunitari;
- situazioni di carcerazione recente o ancora attuale

e altre situazioni ancora che la varietà dei problemi umani ci presenta.

Non ti rifiuto ma ti aiuto

L'esistenza di questi problemi o situazioni particolari non significa che queste famiglie o persone debbano essere escluse dal Club: sarebbe come rifiutare l'aiuto proprio a chi ne ha particolarmente bisogno. Tuttavia comporta ovviamente alcune attenzioni particolari.

Potete coinvolgere i presenti chiedendo di evidenziare di che cosa c'è bisogno a loro parere perché il Club affronti nel modo migliore queste situazioni.

Solitamente un elemento che emerge immediatamente è la preoccupazione di sentirsi impreparati di fronte a qualcosa di nuovo, e quindi il desiderio di poter essere informati sulla situazione, di capire meglio ciò che accade o che cosa potrebbe accadere di inaspettato. Come al solito di fronte a qualcosa di sconosciuto la fantasia fa immaginare cose molto più difficili o drammatiche di quanto normalmente accade. L'esigenza di essere aggiornati su problemi particolari che possono accompagnare l'alcolismo è comunque la prima ovvia necessità, e questo incontro è la prima occasione per iniziare a farlo. Preannunciate che più avanti il Secondo Modulo, quando tutti loro avranno anche un po' di esperienza in più, sarà a loro disposizione per un ulteriore approfondimento.

Un'altra richiesta che solitamente viene espressa è quella di conoscere l'esistenza del problema che complica quello alcool-correlato fin dall'inizio: esigenza legittima anche questa. E' bene spiegare che ogni famiglia che chiede di entrare a far parte del Club viene invitata ad un colloquio con l'operatore proprio per un momento di conoscenza, e che se esistono problemi particolari oltre a quelli con l'alcool è opportuno che la famiglia, nel presentarsi al Club ne informi anche le altre famiglie. Occorre tuttavia far riflettere sul fatto che, se può essere facile e spontaneo presentarsi ad esempio come una persona che non ha famiglia, o raccontare di provenire da un paese straniero, può essere molto più imbarazzante spiegare di essere in cura dallo psichiatra o di fare uso anche di droghe illegali. E' necessario quindi che ognuno possa avere il tempo necessario per riuscire ad aprirsi agli

altri: molto dipenderà da quanto tutto il Club sarà attento e capace di creare un clima sereno ed accogliente, che renda più facile aprirsi anche sugli aspetti più delicati della propria vita.

Spesso il timore di essere rifiutati a causa dei propri comportamenti o delle proprie difficoltà è ciò che trattiene una persona dal comunicare con gli altri: quindi più il clima in Club è rassicurante, più facile sarà parlare di qualsiasi cosa.

Sentirsi incapaci

“Che cosa potremo fare noi al Club con problemi tanto difficili come quelli psichiatrici o con le droghe illegali?": è una domanda tra le più comuni che verranno espresse durante questo incontro.

Esprime il senso d'impotenza, che tuttavia può anche diventare un buon alibi per tirarsi indietro e togliere disponibilità agli altri. Esprime anche una confusione rispetto alla funzione del Club che vale ancora la pena di chiarire.

E' necessario soffermarsi a distinguere tra il percorso di Club ed un trattamento medico o comunque professionale che alcuni tipi di problemi richiedono.

Cominciate dai problemi fisici: se un membro del Club ha un dolore al fegato, le altre famiglie non si pongono la questione di come aiutarlo a guarire il suo fegato, ma parlando con lui sul da farsi probabilmente lo inviteranno ad andare dal medico curante, o qualcuno si offrirà di accompagnarlo se questo sembra molto difficile per questa persona.

Ugualmente se c'è un problema di depressione grave o di allucinazioni sarà uno psichiatra a dover trovare il trattamento giusto per farle scom-

parire, e se invece vi sono problemi con la legge sarà bene consigliare di rivolgersi ad una assistente sociale o forse ad un avvocato. Questi sono compiti professionali, che non può certo sostenere il Club.

Ma nessuno direbbe che il Club non può fare nulla per la famiglia in cui vive la persona con il problema al fegato: ugualmente sarebbe strano che se una persona ha bisogno dell'avvocato per certi suoi problemi o dello psichiatra per altri, il Club sostenesse che non può fare nulla per queste persone o, peggio ancora, che queste persone non dovrebbero frequentare il Club.

E per chi non ha nessuno di famiglia? Certo non si può creare un rapporto di parentela dove non c'è, o riportare in vita famigliari deceduti, ma si può creare lo stesso legame, lo stesso clima che c'è in una famiglia funzionante, e creare una "famiglia sostitutiva" insieme a chi è rimasto da solo.

Una famiglia sostitutiva può essere trovata all'interno stesso del Club, ma sarebbe ancora meglio fosse una famiglia del territorio che magari conosce già quella persona sola, forse ha già anche tentato di darle un aiuto, oppure una famiglia abituata ad aprirsi agli altri che accetta di conoscere ed entrare in rapporto con chi è solo.

C'è stato chi, lavorando in un dormitorio pubblico, è diventato famigliare di una persona "senza dimora" che dormiva lì ogni notte e aveva chiesto di entrare in Club; c'è stato chi, avendo per la propria famiglia una casa spaziosa e tanto amore da scambiare, ha accolto anche fisicamente nella propria casa una persona sola appena uscita dal carcere proseguendo insieme il cammino; ci sono molti che pur senza convivere hanno costruito

solidi legami di affetto reciproco: una famiglia a tutti gli effetti!

Chi ha detto che non si può fare nulla se una persona è sola?

Medicine per tutti i problemi

Chiedete ai presenti di ripensare a quanto è stato detto sui principi del Club, la solidarietà, l'amicizia e l'amore, e sugli obiettivi del lavoro del Club, cioè il cambiamento nello stile di vita di tutto il nucleo familiare. Forse si può sostenere che chi ha problemi psichiatrici non ha bisogno, oltre che dei farmaci psichiatrici, anche di amicizia? Forse chi usa anche droghe illegali non avrebbe buoni risultati se fosse aiutato a cambiare stile di vita? Oppure magari la solidarietà fa bene un po' anche al fegato e non sentirsi rifiutati aiuta a essere meno depressi? E forse essere soli è una condizione che può cambiare per tornare ad essere in compagnia, se qualcuno accetta di offrire la propria compagnia.

Quindi se le famiglie del Club hanno chiaro il loro ruolo, il significato di questa comunità multifamigliare che insieme costituiscono, non nascerà alcuna confusione e nessuno penserà di non poter fare nulla perché non si è professionisti: il fatto è che si può fare altro, tutto ciò che il professionista non può fare: condividere le esperienze, scambiarsi le proprie riflessioni, cambiare insieme il proprio stile di vita. E poi si sa che anche le cure mediche, come quelle psichiatriche, funzionano meglio se che le riceve è inserito in un ambiente di vita che lo appoggia e lo sostiene, se sente incoraggiata la sua fatica e se gli altri gli trasmettono la fiducia che le cose potranno migliorare.

Spesso le famiglie hanno bisogno di essere rassicurate sul fatto che le famiglie con problemi complessi, come tutte le altre, hanno scelto liberamente di partecipare al Club, e quindi hanno una motivazione, un desiderio di cambiare la loro situazione che non è diversa da quella degli altri. Ma come tutti sappiamo per averlo provato di persona, anche se si è decisi a voler cambiare qualcosa nel proprio comportamento, questo non avviene tanto facilmente ed in poco tempo.

Sollecitare una riflessione su questo aspetto è fondamentale per evitare che si creino situazioni di emarginazione o di rifiuto nei confronti di qualcuno. Molti tra i presenti, se non tutti, avranno provato la sensazione di venire emarginati a causa del problema con l'alcool, si saranno sentiti considerati "diversi", fino al giorno in cui finalmente al Club hanno potuto sentirsi come gli altri, persone che condividevano un problema e volevano risolverlo. Bisogna quindi che chi è ora nel Club non faccia sentire "diverso" qualcun altro, l'ultimo arrivato, o quello che ha difficoltà maggiori: sarebbe la peggiore delle emarginazioni, quella che arriva proprio da chi dovrebbe invece comprendere ancora più degli altri certe situazioni.

Un po' per ciascuno...

E' utile informare anche le famiglie che il gruppo di servitori/insegnanti (operatori) di quel territorio normalmente organizza le cose in modo che non si concentrino in un unico Club tutte le famiglie con problemi complessi, ma che in ogni Club di una decina di famiglie non vi siano più di un paio di situazioni con complicazioni particolari. Questo perché ogni situazione complessa richie-

de un impegno maggiore da parte di tutti gli altri, e quindi è importante che vi siano famiglie con minori difficoltà disponibili a dare agli altri tutto il sostegno necessario: è chiaro che chi cammina con le stampelle può avere molta buona volontà, ma sarà difficile possa sostenere in modo molto valido un'altra persona che zoppica, allora ci vorranno altri con le gambe buone per sostenere validamente tutti e due nel cammino.

*“... le famiglie con problemi difficili e complicati o multidimensionali possono essere inserite nei Club degli alcolisti in trattamento esistenti alle seguenti condizioni:
a) la famiglia deve accettare di informare del proprio problema i membri del Club;
b) l'operatore, servitore, del Club deve essere aggiornato sulle problematiche specifiche della famiglia;
c) il Club deve essere disposto ad accettare l'inserimento di una famiglia con un problema complesso;
d) la famiglia deve accettare tutti gli obblighi che derivano dall'inserimento nel Club, come per tutte le altre famiglie del Club;
e) in un Club di dodici famiglie non possono essere inserite più di due famiglie con problemi complessi.”*

V.Hudolin, 1995

9

Trattandosi del Primo Modulo potete nel corso dell'incontro soffermarvi a parlare un po' più su qualche aspetto particolare se le famiglie presenti hanno già avuto esperienza, nel Club a cui hanno

iniziato a partecipare, di qualcuno di questi problemi e ne sentono l'esigenza. Me evitate di avventurarvi su trattazioni teoriche più o meno professionali che non sono di alcun aiuto concreto per chi partecipa alla Scuola Territoriale. Piuttosto, se ne avete, potete proporre qualche esempio di esperienze reali che diano il senso di che cosa vuol dire che il Club è aperto alla cosiddetta "multidimensionalità" della sofferenza umana, cioè alle molte dimensioni che la sofferenza dell'uomo può manifestare.

Un'esperienza personale

Vi racconto un'esperienza personale che spesso ho utilizzato durante questo incontro, nel caso vi possa tornare utile.

Un giorno s'inserisce al Club una nuova famiglia di cui fa parte un ragazzo che possiamo chiamare Giovanni. Oltre all'alcool Giovanni, che ha quasi trent'anni, utilizza diverse sostanze illegali che gli hanno anche procurato problemi giudiziari. Ha già fatto parecchi tentativi per interrompere l'uso di sostanze e migliorare la propria vita, ma senza risultati. Inoltre sta rischiando anche il posto di lavoro e questo complica ulteriormente la situazione.

L'operatrice è preoccupata perché per la prima volta entra in Club una famiglia che vive questo tipo di problema e non sa che cosa potrà accadere. Inoltre ha già conosciuto questa famiglia e sa che Giovanni assume solitamente atteggiamenti anche molto provocatori che creano molta tensione. Il Club è stato come sempre informato dell'arrivo di una nuova famiglia che si trova in grosse difficoltà.

Arriva la sera in cui la famiglia di Giovanni fa il suo ingresso al Club. Come di consueto viene dato loro il benvenuto, poi ciascuno dei membri del Club si presenta raccontando brevemente qualcosa di sé e della propria famiglia, invitando poi la nuova famiglia a fare altrettanto. Ed ecco che Giovanni inizia a presentarsi senza mostrare alcun timore, anzi assumendo un tono estremamente provocatorio, come vantandosi dei suoi problemi, definendosi alcolizzato, tossicomane e delinquente. I suoi famigliari impallidiscono, l'operatrice pensa che forse non è stata una buona idea questo inserimento al Club e s'immagina l'inizio di un periodo molto difficile.

Ma quando Giovanni finisce di parlare, ascoltato in religioso silenzio da tutti, l'alcolista più anziano del Club prende la parola e con grande tranquillità dice a Giovanni all'incirca queste parole: "Mi ha molto colpito la tua storia. Credo di aver capito che tu hai alcuni problemi diversi da quelli di tutti noi, ma siccome altri problemi sono simili ai nostri, allora penso che se vuoi possiamo provare a dare una mano anche a te."

Giovanni rimase zitto un momento, poi disse: "Va bene".

L'operatrice pensò che quella sera aveva imparato qualcosa di nuovo. Era la prima volta che qualcuno riusciva a fermare l'aggressività verbale di Giovanni e non cadere nelle sue provocazioni, e anche la prima volta che lui accettava davvero una proposta di aiuto. Forse perché quelle poche semplici parole l'avevano fatto sentire come uno di loro, le sue difficoltà un po' diverse non lo rendevano diverso dagli altri e gli altri non avevano mostrato di averne paura. Fu l'inizio di un perio-

do con alti e bassi, ma che si rivelò finalmente l'inizio di un reale e duraturo cambiamento nella vita di Giovanni e della sua famiglia.

La sintesi

Concludendo l'incontro ricordate che si è parlato di:

- problemi complessi, cioè che complicano o si accompagnano a quelli con l'alcool, vale a dire di "multidimensionalità" della sofferenza;
- alcuni esempi di quali sono questi problemi: problemi psichiatrici, uso di altre sostanze, assenza di una vita familiare, immigrazione, carcerazione e altro ancora;
- quali sono i compiti del Club di fronte a questi problemi;
- che cosa fare perché si possano affrontare bene anche queste difficoltà.

Preannunciate che il prossimo sarà l'ultimo incontro di questo modulo di Scuola Territoriale, che avrà quindi un significato particolare, e se vi saranno cose particolari come la consegna di un diploma di partecipazione o una festiccioia.

DECIMO INCONTRO:

SPIRITUALITA' ANTROPOLOGICA.

Eccoci arrivati all'ultimo incontro di Scuola Territoriale. Questo incontro, come il primo, ha un'importanza particolare: è quello che deve concludere in bellezza un'esperienza che dovrebbe essere stata per i partecipanti interessante e coinvolgente.

L'argomento di questo incontro può apparire strano, sembra spostare l'interesse da ciò che riguarda l'alcool ed i Club a tematiche religiose. Ogni famiglia è entrata al Club per un problema con il bere. Probabilmente si chiederà: "Che cosa c'entra questo argomento?"

Facciamo chiarezza

E' stata questa in effetti la reazione immediata di molti quando Hudolin cominciò ad introdurre questa tematica nella formazione dei servitori/insegnanti (operatori) e delle famiglie e negli aggiornamenti. Occorre quindi chiarire molto bene questo concetto per non dare luogo a pericolosi fraintendimenti.

Solitamente per aprire questo incontro è utile che introduciate voi alcuni elementi che permettano di capire il significato di questo argomento. Solo successivamente potrete riuscire a coinvolgere i presenti evitando imbarazzanti silenzi: dovete spiegare un concetto, ma dovete allo stesso tempo anche creare il clima giusto perché possa realizzarsi un dialogo. Ricordate che state toccando gli aspetti più profondi dell'essere umano e nel nostro vivere comune non è molto consueto aprirsi su questi temi. Perciò dovete mettere in gioco le vostre migliori capacità.

E' necessario spiegare questi due termini: spiritualità e antropologia. Parole difficili ma che hanno un significato semplice. Può essere spiegata come quella parte dell'uomo che non si può definire in termini materiali, e che ci rende diversi dagli altri esseri viventi. E' la parte che c'è dentro a tutti noi, che non si può vedere, che non si può toccare, ma che tutti noi sentiamo esistere dentro noi stessi.

Oltre la religione

Nella spiritualità di ciascuno di noi ci sono i nostri sentimenti, le nostre emozioni, i nostri valori, ciò che sentiamo per noi stessi e per gli altri, c'è la nostra idea della vita, tutte le cose più profonde di noi. E tutto questo entra in gioco quando noi ci mettiamo in rapporto con gli altri.

Parlare di spiritualità antropologica non significa quindi parlare di religione, anche se per alcuni nella propria spiritualità c'è anche la religione, mentre nella spiritualità di altri non esiste un credo religioso: la spiritualità è qualcosa di più ampio, che accomuna atei e credenti, razze diverse,

nazionalità e idee politiche di ogni tipo. Chiunque appartenga alla specie umana possiede una parte spirituale di sé come possiede un corpo: può essere di diverso tipo ma c'è.

Parlare di spiritualità significa parlare di ciò che accomuna ognuno di noi a tutti gli altri esseri umani, cercare tutto quanto ci rende uguali, al di là delle caratteristiche che ci rendono diversi. E sulla base di questa somiglianza riconoscere i bisogni profondi che stanno dentro ciascuno, perché questa conoscenza è una delle risorse che permettono di identificarsi con un'altra persona quindi di potersi capire, di potersi aiutare.

Anche nei Club la spiritualità

Può essere giunto il momento di coinvolgere le famiglie. Un modo per farlo può essere ad esempio quello di animare la discussione su come nel Club si può esprimere la spiritualità.

Aiutate i presenti a trovare alcune risposte ripensando ai compiti del Club, alla sua organizzazione e funzionamento, al motivo per cui le famiglie vi si ritrovano, al concetto di sobrietà.

Al Congresso dei CAT a Salerno Hudolin disse: *"La persona con la sua famiglia abbandona l'alcol nella sua crescita e maturazione, cercando una migliore qualità della vita, una migliore qualità della cultura sanitaria e generale, in altre parole una migliore spiritualità antropologica... La sobrietà non significa solamente astinenza, ma un insieme delle migliori caratteristiche antro-spirituali umane fra le quali è compresa anche l'astinenza."*

Sarà sufficiente ripensare ai principi del funzionamento del Club: l'amicizia, la solidarietà e l'amore tra le persone. Che cosa sono questi se

non aspetti della nostra vita spirituale? Sono sentimenti, sono valori, che ogni essere umano possiede in sé, e che può esprimere in misura maggiore o minore.

Ci sono aspetti di spiritualità che si esprime nel Club quando, come si è discusso nell'incontro precedente, le famiglie e l'operatore sanno accogliere con partecipazione e calore ogni nuova famiglia, comprese quelle che apparentemente sono un po' "diverse" per la complessità di alcuni problemi che vivono. C'è spiritualità quando la ricaduta di qualcuno non diventa occasione di giudizio, ma invece di maggiore solidarietà e aiuto. C'è spiritualità quando di fronte alle difficoltà si riesce a mettersi tutti in discussione anziché cercare di attribuire la responsabilità ad uno soltanto. C'è spiritualità quando il Club va avanti con speranza, con fiducia nel futuro, con la voglia di migliorare.

Se manca sono guai

La mancanza di spiritualità al contrario costituisce un vero e proprio problema. Hudolin, nel 1994, ne parlò ad Assisi :

"Fra gli altri disturbi che possono essere constatati nella complessità dei problemi alcolcorrelati e multidimensionali ed in generale dei disagi del comportamento, il più costante è il disagio spirituale. In questo disagio vedo i problemi provocati dalla non accettazione di sé, del proprio comportamento e del proprio ruolo nella comunità, della cultura sociale esistente, della giustizia socia-

le prevalente. Questo disagio è accompagnato da un senso di impotenza davanti al problema e di impossibilità di capirlo."

E quando nel Club si realizza un disturbo spirituale? Cercate anche su questo di animare un dibattito tra le famiglie presenti senza sostituirvi a loro.

Dovrebbe senza troppe difficoltà emergere che un momento di disagio spirituale corrisponde alla ricaduta, soprattutto asciutta, quando si ritorna indietro a vecchi comportamenti che spesso accompagnavano il bere: la spiritualità, come è stata definita sopra, fa difficoltà ad esprimersi, si crea una situazione di disagio generale.

C'è mancanza di spiritualità quando c'è aggressività tra le persone, quando si attacca l'altro per umiliarlo, per distruggerlo anziché cercare di comprenderlo.

C'è disagio spirituale quando prevale la logica individualistica: il Club va bene finché serve a me per risolvere i miei problemi, i guai degli altri non mi interessano, si aggiustino come ho fatto io.

La presenza in Club di famiglie con problemi complessi è una delle circostanze che chiamano maggiormente in causa la capacità di fare appello agli aspetti spirituali, perché è possibile accettare davvero chi appare "diverso" solo partendo dalla consapevolezza di ciò che ci accomuna tutti al di là delle differenze. E questa è la nostra comune spiritualità.

“La spiritualità antropologica attuale (o cultura sociale) nel mondo lascia molto a desiderare: basti vedere l’aumento dell’uso delle sostanze psicoattive, dei problemi alcool-correlati e complessi, del terrorismo, delle guerre continue, la mancanza di giustizia sociale e molti altri problemi. Noi, nei Club degli Alcolisti in Trattamento, dobbiamo prendere parte a iniziative per migliorare la vita nelle nostre famiglie e comunità.”

(Hudolin, Grado 1996)

Un cambiamento tira l’altro

Un aspetto determinante su cui è bene portare l’attenzione delle famiglie, avviandosi verso la conclusione di questo ultimo incontro, è che ognuno di noi ha la sua parte da giocare in tutto questo, ma che ognuno può riuscire a trasmettere solo i messaggi in cui crede: per questo ogni cambiamento sociale, della comunità, passa attraverso un cambiamento personale di ognuno di noi.

Il titolo del Congresso nazionale dei Club a Grado era “La famiglia, la pace, il futuro”. Anche la pace, forse una delle espressioni più alte di spiritualità, passa attraverso il raggiungimento di una pace interiore di ciascuno: solo così la pace più generale può essere raggiunta.

La sintesi

Per concludere si può ricapitolare che la spiritualità antropologica è uno strumento:

- per far emergere desideri, progetti, emozioni, amore, amicizia, solidarietà, valori umani;

- per cambiare lo stile di vita personale e familiare portandolo verso una maggiore sobrietà dei comportamenti;
- per migliorare l'equilibrio ecologico nelle nostre comunità e mantenere la pace.

Non c'era argomento migliore per concludere un percorso che dovrebbe aver portato le persone ad approfondire progressivamente le tematiche connesse all'uso dell'alcool, arrivando a comprendere che l'importante non è la sostanza alcool, ma la persona che lo utilizza; e che non è soltanto importante la persona quanto la famiglia; e che non basta occuparsi della famiglia perché ogni famiglia è in mezzo a tante altre famiglie; e che bisogna occuparsi dei comportamenti, ma che i comportamenti sono l'espressione esteriore di qualcosa che è dentro ciascuno; e che allora bisogna sempre più allargare il discorso ed approfondirlo allo stesso tempo perché occorre venire veramente incontro ai bisogni umani. Come Vladimir Hudolin ci ha ripetuto per anni

"L'alcool non è importante, importante è l'uomo".

SCUOLA TERRITORIALE

SECONDO MODULO

Abbiamo già visto le caratteristiche generali del secondo modulo, cioè quello che è utilizzato come aggiornamento per le famiglie già inserite in Club. Prima di proseguire rileggete dunque a pagina 28 e seguenti.

Trattandosi di un aggiornamento periodico, la definizione degli argomenti non è determinata a priori come per gli altri moduli, ma stabilita tenendo conto delle esigenze emerse in un dato territorio in un determinato periodo.

Funzione di chi organizza la Scuola territoriale, si tratti del Centro Alcológico Territoriale funzionale o dell'ACAT locale in collaborazione con il servizio pubblico, è quindi quella di scegliere l'argomento o gli argomenti da discutere. Può essere utile, come già accennato, organizzare una riunione con i presidenti dei Club ed i servitori-insegnanti della zona, in modo da sentire quali sono le esigenze più sentite di aggiornamento per le famiglie già inserite in Club.

E' saggia cosa ricordarsi che l'aggiornamento ha la durata di circa quattro o sei ore, solitamente suddivisi in due o tre incontri, e non è quindi il caso di pensare a trattare un'infinità di argomenti: tutti verrebbero toccati in modo superficiale e la funzione di approfondirli verrebbe meno.

Insieme a qualche tematica scelta insieme alle famiglie stesse, è comunque importante offrire come spunti di discussione quelli derivati dai cambiamenti introdotti dal professor Hudolin nel metodo dei CAT, in modo da evitare che famiglie poco aggiornate continuino per anni a ripetere concetti superati, con l'effetto di disorientare le nuove famiglie e creare confusione.

Sarebbe quindi spiacevole che mentre in tutto il resto del mondo si parla di comunità multifamigliare dei Club, solo dove vi trovate voi si parlasse di gruppo terapeutico, o che mentre tutti discutono sulla sobrietà, dalle vostre parti nessuno sapesse che cosa significa e si parlasse soltanto di astinenza. A parte ogni altra considerazione, fareste la figura dei dinosauri, ma si sa che i dinosauri stanno bene soltanto al museo e il Club non è un museo...

Alcuni capisaldi della vita dei Club devono essere periodicamente rinfrescati alla memoria di tutti, perché talvolta nelle difficoltà e nella pigrizia della vita quotidiana potrebbero perdersi, dando origine a problemi anche molto seri.

Così non si ripete mai a sufficienza quanto sia determinante per ottenere buoni risultati in termini di benessere coinvolgere la famiglia intera: quindi se avete la sensazione che nel territorio in cui vi trovate l'importanza dell'approccio familiare si stia un po' perdendo, allora ecco un punto su cui soffermarsi con un po' di aggiornamento.

Altre tematiche da riprendere periodicamente sono quelle relative al lavoro stesso del Club: al significato di comunità multifamiliare, al ruolo dell'operatore, oppure alle difficoltà che possono comparire lungo la strada come le ricadute, gli abbandoni o altro.

Com'è evidente da questi pochi esempi, le tematiche possono essere le stesse già trattate nel primo modulo, ma con un approfondimento maggiore, consentito proprio dal fatto che i destinatari sono famiglie che conoscono per esperienza le difficoltà ed i problemi che si vivono in Club.

Una buona ipotesi può essere quella di utilizzare la prima serata per discutere sulle novità del metodo dei CAT, per dedicare la secon-

da ad una tematica a scelta che in quel momento appare di particolare interesse.

Facendo tesoro di ciò che le famiglie per lo più richiedono come aggiornamento, si possono ipotizzare alcuni temi e tra questi fare una scelta. Ne cito qui alcuni al solo scopo di dare qualche spunto sugli aspetti della vita del Club sui quali le famiglie per lo più riferiscono di avere necessità di aggiornarsi:

- L'evoluzione del metodo Hudolin: dall'astinenza alla sobrietà.
- Le ricadute: come affrontarle.
- Gli abbandoni: come, perché e soprattutto che fare.
- Le sofferenze multidimensionali: alcool e problemi psichiatrici, alcool e altre sostanze, alcolisti "soli".
Il ruolo della famiglia sostitutiva.
- La spiritualità antropologica ed il suo significato nei Club.

Non sarà mai abbastanza sottolineata l'importanza che a condurre il modulo di aggiornamento per le famiglie sia un servitore-insegnante a sua volta ben aggiornato. Anche se l'argomento è lo stesso del Primo Modulo, deve essere affrontato in modo da non ripeterlo nella stessa maniera: non siete più di fronte a dei principianti, ma a famiglie che hanno già una esperienza, e che in questi due incontri dovrebbero trovare risposte che siano loro utili a continuare il cammino con qualche strumento in più.

Se vi proponete di condurre un Secondo Modulo di Scuola Territoriale e vi sentite in difficoltà, non c'è niente di meglio che partecipare a vostra volta ad un aggiornamento per servitori-insegnanti, o ripetere una Settimana di sensibilizzazione, o partecipare ad un Corso di 300 ore. Sarà sicuramente una esperienza positiva e vi sentirete molto più a vostro agio nel vostro compito di servitore-insegnante.

SCUOLA TERRITORIALE

TERZO MODULO

Eccoci dunque al modulo di Scuola Territoriale destinato alle famiglie del territorio, che non stanno vivendo particolari problemi con l'alcool. Questa volta potete rileggere quanto già detto da pagina 35 a 45 e poi riprendere da qui. Buona lettura...

Resta a questo punto da soffermarsi sui contenuti del Terzo Modulo, che ha questo particolare obiettivo di sensibilizzare la comunità.

Se gli incontri sono ad esempio organizzati in tre serate, può esserci una parte di tipo generale che occuperà le prime due serate, seguita da qualcosa di più specifico nell'ultima serata che potrà tenere conto delle caratteristiche del pubblico presente, che naturalmente avrete avuto modo di conoscere meglio nei primi due incontri.

Che cosa può interessare ad un pubblico eterogeneo e probabilmente senza esperienze specifiche con i problemi legati all'alcool, qual'è in genere quello che partecipa ad un Terzo Modulo di Scuola Territoriale?

Non certamente i dettagli di ciò che avviene in un Club o approfondimenti sul ruolo dell'operatore, ma più probabilmente una discussione che parta dalle idee correnti a proposito del bere, che offra elementi per esaminare i molti messaggi anche contraddittori che le

persone ascoltano da molte fonti diverse e tra i quali è di solito molto difficile orientarsi.

Dal momento che, per conoscenza diretta o per racconti ascoltati da altri, ognuno avrà anche una qualche idea di che cosa significhi avere problemi con l'alcool, anche questo può essere un argomento d'interesse generale per il nostro pubblico.

Ed infine certamente ognuno ha una sua idea sulle possibilità ed i modi per risolvere i problemi dovuti all'alcool o piuttosto alcuni avranno l'idea che non si possano risolvere affatto e rappresentino una specie di condanna a morte.

Ecco quindi delineati alcuni spunti sui quali più facilmente potrete incontrare l'interesse del vostro pubblico e, se siete abbastanza preparati, catturarne l'attenzione per tutto il tempo che avete a disposizione.

Cercate di mantenere sempre chiaro l'obiettivo che dovete raggiungere: sensibilizzare, vale a dire mettere in discussione le certezze con le quali i vostri interlocutori sono arrivati alla Scuola Territoriale e offrire stimoli diversi per dare loro la possibilità di cambiare punto di vista. Eventuali altri obiettivi più specifici, come possono essere avvicinare possibili futuri servitori-insegnanti per i Club oppure coinvolgere rappresentanti di gruppi specifici per altre iniziative, potranno diventare chiari nel corso degli incontri, ma non riuscirete a ottenere nulla se non avrete innanzitutto prodotto un aumento del livello di attenzione al problema e una diversa sensibilità personale sull'argomento.

E soprattutto ricordate: se non avete raggiunto l'obiettivo può darsi che tutte le persone che avevate di fronte fossero degli incalliti insensibili che non hanno apprezzato la vostra sublime preparazione, ma più probabilmente non avete centrato qualcosa nelle modalità organizzative, oppure nella scelta degli argomenti o nella modalità di conduzione degli incontri. Ammettere il fallimento è molto di aiuto perché si può cercare di capirne i motivi e perciò lavorare per evitare di ripetere sempre gli stessi errori.

Quindi volendo ricapitolare ciò che è di maggiore interesse trattare in un Terzo Modulo di Scuola Territoriale, possiamo prendere in considerazione:

L'alcool ed i suoi effetti.

Potete iniziare discutendo ad esempio i luoghi comuni come "l'alcool fa buon sangue", "mette a posto la pressione", "fa venire il latte alle puerpere", "combatte il freddo", "migliora i rapporti con gli altri" e tutto quanto la cultura locale di ogni territorio e la fantasia umana hanno prodotto sull'argomento. Ognuno fra i presenti conosce qualche detto popolare sul tema dell'alcool, quindi è facile creare un coinvolgimento simpatico dei presenti, che è un'ottima base di partenza per rimettere in discussione tutto quanto.

- ATTENZIONE! Non commettete l'errore di iniziare a criticare il modo comune di pensare a proposito del bere prima di esservi assicurato un buon clima emotivo ed una partecipazione dei presenti: l'unico risultato sarebbe quello di risultare francamente antipatici ed inutilmente ipercritici. Ricordate che nessuno è tanto facilmente disposto a buttare via le proprie certezze, soprattutto se hanno le loro radici nelle tradizioni e negli insegnamenti acquisiti in famiglia, come in Italia avviene solitamente a proposito del bere. Perciò prima di attaccarne le convinzioni, dovete quanto meno conquistarvi la simpatia dei presenti: solo in questo caso qualcuno sarà disposto a prendere in considerazione qualcosa di ciò che state dicendo. Ricordate che con ogni probabilità voi stessi, prima di diventare servitori-insegnanti nei Club, avevate le stesse convinzioni che ora trovate tanto insensate.

Il cosiddetto "bere moderato".

Potete farlo in modo analogo a quanto illustrato a proposito del Terzo incontro del Primo Modulo (da pagina 80 a pagina 83 per intenderci). E' molto importante arrivare a definire il concetto di rischio, perché è proprio questo l'elemento più importante per un pubblico che, in linea di massima, non ha problemi legati al bere e con i quali è strettamente indicato un intervento preventivo, con l'obiettivo di

evitare che i problemi insorgano per scarsa consapevolezza del rischio. Se non riuscite a chiarificare bene il concetto di rischio, il vostro intervento sarà completamente rifiutato e vissuto come un tentativo non giustificato di demonizzare l'uso delle bevande alcoliche. E' quindi fondamentale prepararvi molto bene ad affrontare questa parte.

“Il Piano d'azione europeo riconosce che la maggior parte dei problemi legati all'alcool sorgono in associazione a livelli moderati di consumo e che nella società c'è una forte correlazione tra livello medio di consumo di alcool ed il numero di forti bevitori. Ciò suggerisce che una politica efficace deve avere come scopo principale la riduzione dei livelli di consumo di alcool nella popolazione generale. . . Entro l'anno 2000, il consumo di sostanze che provocano danni alla salute e producono dipendenza dovrebbe essere drasticamente ridotto in tutti gli Stati Membri. Questo obiettivo può essere raggiunto se politiche ben bilanciate e programmi relativi al consumo e alla produzione delle sostanze alcoliche verranno incrementati a tutti i livelli e in settori differenti con lo scopo di ridurre il consumo di alcool del 25% . . .”

Dal "Piano per la riduzione dei consumi del 25% entro il 2000"

I problemi alcoolcorrelati.

E' importante che il pubblico presente porti l'attenzione sulla complessità delle conseguenze del bere. A differenza di quanto accade per gli altri due moduli di Scuola Territoriale, i cui partecipanti hanno purtroppo constatato in prima persona le conseguenze possibili dell'uso di alcool e ne hanno quindi una buona conoscenza, nel Terzo Modulo non è così. Anche su questo aspetto possono esservi luoghi comuni da discutere, per introdurre l'idea che le conseguenze del bere possono toccare pesantemente non solo la salute fisica (su cui di solito tutti si soffermano, anche se in contrasto con la stessa idea

degli effetti benefici dell'alcool...) ma anche la vita familiare e lavorativa.

Può inoltre essere utile proporre la visione dell'alcolismo come problema riguardante il comportamento e non come vizio o malattia, proprio per iniziare a contrastare l'idea che fa dell'alcolista una persona "diversa" e più limitata degli altri.

I Club degli Alcolisti in Trattamento.

Una presentazione sintetica dell'esperienza dei CAT può risvegliare un certo interesse. E' infatti normale conseguenza degli argomenti che avete già introdotto l'interrogativo: "Ma se una persona si trova effettivamente in difficoltà a causa dell'alcool, che cosa può fare?", oppure "Ho una vicina di casa che beve, lo sanno tutti ma nessuno fa niente: che cosa potrei fare per aiutarla?", oppure ancora: "Credo che una persona della mia famiglia beva troppo, sono preoccupato, vorrei un consiglio".

Come ho già accennato all'inizio, frequentando il Terzo Modulo di Scuola Territoriale alcune persone potranno capire di vivere un problema con l'alcool in prima persona o all'interno della propria famiglia, e decidere quindi di avvicinarsi ai Club. Anche per questo motivo può essere utile parlare un po' di che cosa significa partecipare ad un CAT, mentre non è opportuno entrare nel merito di consigli o discussioni su casi personali anche se proposti da qualcuno del pubblico, per i quali invece può essere opportuno rinviare ad un momento di dialogo a parte, fuori dalla Scuola Territoriale.

Per questa parte potete prendere spunto dal sesto incontro del Primo Modulo (pagina 107 e seguenti), ma ricordate che è difficile chiedere ai presenti le loro impressioni sul Club poiché, salvo casi particolari, non lo conoscono affatto. Se però ne esiste qualcuno nel comune in cui vi trovate o in comuni vicini, potete chiedere che cosa i presenti sanno già sui CAT: può essere interessante scoprire che molti ne conoscono l'esistenza, magari conoscono anche qualcuno che lo frequenta, o invece che nessuno ne sa nulla o che l'idea che i presenti ne hanno è piuttosto falsata. Sapere questo vi sarà di aiuto per capire come è più opportuno proseguire l'incontro: far conosce-

re qualcosa di nuovo, oppure completare e rafforzare una conoscenza parziale, o correggere un'idea sbagliata cercando anche di capire come questa si sia prodotta.

Ciò che è utile proporre in un Terzo Modulo a proposito dei Club sono i principi generali che ne ispirano l'attività, come la partecipazione del nucleo familiare, l'inserimento nella rete sociale, l'apertura nella comunità locale. I dettagli dell'organizzazione degli incontri e del lavoro del Club non hanno invece alcuna rilevanza per un pubblico come quello che partecipa a questo modulo: è una sensibilizzazione, non un'attività per l'ingresso al Club. Nel caso qualcuno tra i presenti, magari proprio grazie a questi incontri, si accorga di avere un problema con l'alcol in famiglia e voglia entrare in Club, riceverà tutte le notizie necessarie frequentando poi il Primo Modulo come tutte le altre famiglie.

E infine una proposta.

Per concludere il Terzo Modulo di Scuola Territoriale potete anche tenere pronta una proposta di collaborazione, un invito per qualche iniziativa da realizzare nel territorio. La possibilità di fare questo dipende ovviamente da chi sono le persone che hanno partecipato a questi incontri, ma le possibilità sono diverse.

E' importante non congedare i presenti con tono conclusivo che sembra un "addio per sempre": sarebbe meglio che si trattasse di un "arrivederci a presto".

Innanzitutto tutti i presenti possono essere invitati, se desiderano approfondire questi argomenti, a partecipare ad una Settimana di sensibilizzazione: talvolta in seguito ad un Terzo Modulo di Scuola Territoriale sono emerse disponibilità a coinvolgersi nel ruolo di servitore-insegnante per i Club; altre volte qualcuno si è proposto come familiare sostitutivo per un amico o un vicino di casa che viveva il problema; in altri casi sono nate iniziative particolari quando ad esempio erano presenti degli insegnanti oppure un allenatore sportivo o un educatore che lavoravano a contatto coi più giovani. Ciascuno di loro è diventato promotore di prevenzione nel proprio ambito di vita e di attività ed ha permesso di aumentare il coinvolgimento della

comunità in un cambiamento dei comportamenti con l'alcool in vista del raggiungimento di quel 1% di popolazione coinvolta che garantisce un significativo modificarsi della cultura locale a proposito del bere.

La scelta di quale "arrivederci" proporre non dovrebbe dipendere da una idea vostra personale, ma da un confronto all'interno del Centro Alcolologico Territoriale Funzionale o del gruppo di persone che hanno organizzato la Scuola Territoriale, valutando necessità e progetti rilevanti per quel territorio.

Come avete visto gli spunti per trattare i contenuti che sceglierete possono essere gli stessi degli incontri del Primo Modulo sullo stesso argomento, ma ricordate che non avete a disposizione la stessa quantità di tempo: è molto più utile dire meno cose ma lasciare il tempo di discutere e riflettere, piuttosto che "ingolfare" il vostro pubblico con mille nozioni ed informazioni. Siate realisti: non riuscirete a formare in tre serate degli esperti sui problemi alcool-correlati, ma se riuscirete ad ottenere una buona sensibilizzazione può anche darsi che qualcuno vorrà approfondire ulteriormente questi argomenti. E in ogni caso la cultura generale non cambia molto se c'è un esperto in più, ma piuttosto grazie a tante persone che senza essere grandi esperti hanno però cambiato il loro modo di pensare e di vivere.

IL PAESE SENZA ERRORI

C'era una volta un uomo che andava per terra e per mare
In cerca del Paese Senza Errori.
Cammina e cammina, non faceva che camminare,
paesi ne vedeva di tutti i colori, di lunghi, di larghi, di freddi, di
caldi,
di così così:
e se trovava un errore là ne trovava due qui.
Scoperto l'errore, ripigliava il fagotto
e ripartiva in quattro e quattro otto.
C'erano paesi senza acqua,
paesi senza vino,
paesi senza paesi, perfino,
ma il Paese Senza Errori dove stava, dove stava?
Voi direte: Era un brav'uomo. Uno che cercava
una bella cosa. Scusate, però,
non era meglio se si fermava
in un posto qualunque,
e di tutti quegli errori
ne correggeva un po'?

Gianni Rodari

Indice analitico

A

aggiornamento 21, 28, 30, 32
alcoemia 74, 75
alcolismo 83, 84, 85, 96
astinenza 35, 109
autoprotezione della salute 69, 75,
123, 131

B

bere moderato 80, 83, 165

C

cambiamento culturale 36, 37, 38
Centro Alcolologico Territoriale 16, 32,
139, 160
colloquio iniziale 21, 67, 123, 144
comportamento a rischio 82
comunità locale 36, 37, 39,
43, 90, 103, 169
comunità multifamigliare 109, 131

D

dipendenza 77

E

effetto psicoattivo 77

F

famiglia sostitutiva 20, 87, 111, 146,
168
formazione professionale 14, 26, 86

I

Interclub 29, 31, 119

intossicazione acuta e cronica 84

L

leaders di comunità 43
linguaggio 24, 50, 52

M

moltiplicazione del Club 112, 117
motivazione 29, 30, 34

P

patronage 113, 128
presentazione 65, 66
primo modulo 15, 19, 63

R

regole 117
rischio 86, 165

S

secondo modulo 15, 28, 160
sensibilizzazione
37, 41, 42, 43, 111, 164, 169
Settimana di sensibilizzazione 31,
111, 124
sobrietà 35, 109, 155
sostanza psicoattiva 75, 76
stile di vita
35, 36, 90, 106, 109, 130

T

territorio 22
terzo modulo 15, 35, 163
tolleranza 77

Sommario

PREFAZIONE	5
PRESENTAZIONE	7
INTRODUZIONE	13
CHE COS'È UNA SCUOLA TERRITORIALE	13
Chi l'ha inventata e perché	14
A chi è rivolta	15
Da chi è organizzata	16
...E CHE COSA NON È	16
I TRE MODULI	
DELLA SCUOLA ALCOLOGICA TERRITORIALE	18
PRIMO MODULO	19
SECONDO MODULO	28
TERZO MODULO	35
UN PO' DI DIDATTICA	46
POSIZIONE ATTIVA dei partecipanti ...	48
... E POSIZIONE NON AUTORITARIA dell'insegnante...	49
VERIFICA DEL FEED-BACK	50
CHIAREZZA E SEMPLICITÀ	51
RIDONDANZA dei concetti principali	52
UN FILO LOGICO...	53
UN CLIMA EMOTIVO BUONO	53
PER OGNI INCONTRO	55
LE DOMANDE INIZIALI	55
A che cosa serve?	55
Come farlo	56
Come passare alla fase successiva	56

L'USO DI IMMAGINI	57
A che cosa servono	57
Come devono essere	57
Come utilizzarle	58
LA DISCUSSIONE	59
Come animarla	59
Come guidarla	59
A che cosa fare attenzione	60
LA SINTESI... dei concetti principali	61
UN ACCENNO...all'incontro successivo	61
PRIMO MODULO	63
PRIMO INCONTRO:CHE COS'È LA SALUTE	65
SECONDO INCONTRO:L'ALCOOL ED I SUOI EFFETTI	72
TERZO INCONTRO:IL BERE ED I PROBLEMI ALCOOL-CORRELATI	80
QUARTO INCONTRO:LA FAMIGLIA	87
QUINTO INCONTRO: LA RETE TERRITORIALE	100
SESTO INCONTRO: IL CAT CHE COS'È, COME FUNZIONA	107
SETTIMO INCONTRO:IL RUOLO DEL SERVITORE\INSEGNANTE (OPERATORE). LE RICADUTE.	120
OTTAVO INCONTRO: LE ASSOCIAZIONI DEI CAT. IL CENTRO ALCOLOGICO TERRITORIALE.	133
NONO INCONTRO: IL CAT ED I PROBLEMI COMPLESSI.	142
DECIMO INCONTRO: SPIRITUALITA' ANTROPOLOGICA.	153
SECONDO MODULO	160
TERZO MODULO	163

PER I VOSTRI APPUNTI...

