

CARATTERISTICHE PSICOLOGICHE E SU COMPULSIVO NEI GIOVANI

(Testo non rivisto dal relatore)

[...] impegnato per preparare l'intervento perchè in genere quando si parla di questo delle componenti psicologiche di una serie di fenomeni che sono stati illustrati molto bene da chi mi ha preceduto si casca di solito in due atteggiamenti: uno è l'atteggiamento di chi, quando parla appunto di caratteristiche psicologiche parla in realtà dei problemi mentali associati all'alcolismo parla di qualcosa che riguarda situazioni molto più gravi di quelle di cui parliamo oggi e dal punto di vista numerico più ridotte, noi oggi parliamo della popolazione in buona sostanza soprattutto i giovani [...]

L'altra cosa che si fa quando si parla di questi argomenti è al contrario di dire delle cose giuste vuoto esistenziale, depressione ma che sono talmente generiche e avulse dal contesto da non darci delle indicazioni su cosa fare poi nella pratica quotidiana quello che si fa tutti i giorni . Quindi ho cercato di fare una revisione della letteratura per vedere se è possibile affrontare questo tema in una maniera un po' diversa un po' più dentro ai problemi che stiamo affrontando noi oggi spero di esserci riuscito, ma non so se ci sono riuscito., è un esperimento quindi lo porto al vostro giudizio. Quando sono andato a vedere cosa c'era nella letteratura scientifica sull'argomento ho avuto una sorpresa perchè mi sono trovato con un cumulo di ricerche notevoli è stato scritto moltissimo sulle caratteristiche psicologiche dei giovani, non dei giovani che cercano cura, il problema di prima dell'alcolismo a dei giovani per esempio che sono inseriti nel vastissimo progetto di prevenzione scolastica sul luogo di lavoro, soprattutto all'estero naturalmente perchè le ricerche di solito le fanno, voi lo sapete negli enti di lingua anglosassone e un po' meno in questo senso devo dire sulla prevenzione nei luoghi del divertimento però comunque qualcosa c'è. Allora il punto di partenza è sicuramente, questo è stato detto ampiamente stamattina è sicuramente il cambiamento di una serie di abitudini (fattori) il nostro modello di bere sta passando, il nostro modello di bere di tutti però in particolare dei più giovani sta transitando da un modello di tipo mediterraneo, alimentare, dato dalla famiglia, legato alle occasioni festive in famiglia a un modello di tipo nordico, anglosassone legato ai superalcolici con finalità ricreative in contesto di locale pubblico insieme ad amici nel fine settimana in occasione di festività. Questo cambiamento è solo un fenomeno legato alla pressione della produzione, a una serie di fenomeni della globalizzazione che si vedono su tutto, ormai tutto il mondo porta le stesse scarpe un po' alla volta anche tutto il mondo berrà in un certo modo il chè sta diventando quello di tipo anglosassone... o c'è qualcos'altro? in realtà una serie, uno spettro molto grande di ricerche indica che l'uso problematico dell'alcol dei giovani si accompagna ad una serie di fenomeni che sono oggetto di questo intervento, si accompagna tanto per cominciare all'uso di droghe e di psicofarmaci, questo è una caratteristica, già detta stamattina, dell'uso problematico nei

giovani o dentro comunque un certo stile di consumo che è quello già illustrato prima.

Questa cosa non finisce qua perchè a questo uso di droghe si associa spesso una serie di comportamenti impulsivi e la caratteristica della ricerca di sensazioni forti. Questo vuol dire che l'uso di alcol e l'uso di altre sostanze, l'uso ancora ricreazionale non sto parlando dell'alcolista, non sto parlando di persone malate ma dell'uso ricreazionale, è spesso associato con vita spericolata, con gioco d'azzardo, con comportamenti impulsivi, con comportamenti spericolati. C'è anche un problema che riguarda le relazioni interpersonali, non è un problema solo di comportamento ma molte ricerche indicano che le persone che hanno queste prime 3 caratteristiche (uso di alcool problematico, uso di droghe e psicofarmaci e comportamenti impulsivi) hanno anche una forte, una certa instabilità ed antisocialità nelle relazioni interpersonali, cioè sono persone che tendono ad esempio ad essere coinvolti in risse, in discussioni accese o che semplicemente hanno difficoltà nel relazionarsi con il gruppo, con le altre persone. Altra cosa molto importante è che molte di queste persone, se si va a guardare meglio, hanno alcolismo o altre dipendenze in famiglia. Quello della famiglia come vedremo è un tema molto importante e mi ha colpito quello che diceva Giovanni Greco del campione da lui riportato di persone che bevono in maniera problematica ma non sono alcolisti, il giudizio sulla famiglia era per il 50%, mi sembra, non completamente soddisfacente e del 20 % dichiaratamente insufficiente sia in termini, mi sembra, di pensiero generale sulla famiglia sia in termini di giudizio sulla propria famiglia. Questo c'entra con cose di questo tipo per cui questi ragazzi hanno spesso famiglie in cui ci sono persone che bevono questi ragazzi spesso hanno delle storie di traumi o di abusi infantili, è chiaro che non sto dicendo che tutti quelli che bevono in maniera problematica hanno queste storie, ma sto dicendo che queste persone con queste caratteristiche che sono molto rappresentate all'interno dei settori problematici queste storie sono più rappresentate che nel resto della popolazione e questa è una cosa che è stata dimostrata da un numero enorme di ricerche fatte su un numero enorme di persone e non in contesti terapeutici perchè trovare cose di questo tipo in contesti terapeutici è abituale, normale perchè queste sono ricerche fatte su campione di persone contattate per prevenzione. Molte di queste persone hanno anche una storia di problemi infantili del tipo iperattività infantile. La sigla ADHD vuol dire disturbo ipercinetico dell'infanzia e deficit dell'attenzione; è il termine che usano in primo modo gli psichiatri per definire questa cosa, era tanto per capirci di cosa sto parlando. Un'altra cosa interessante che andrebbe sicuramente approfondita per capire che cosa vuol dire e costruire un'osservazione è che si è visto che nei casi più gravi di cui ho descritto con quelli descritti (!) ci sono anche delle alterazioni biologiche che precedono l'uso di sostanze, non che seguono l'uso di sostanze. Avere delle alterazioni biologiche in una persona che beve troppo è normale, sappiamo tutti che ci sono dei test di laboratorio che identificano questo tipo di problema perciò le caratteristiche biologiche probabilmente nelle situazioni problematiche precedono tipo varianti del recettore della dopamina e/ oppure alterazioni dell'elettroencefalogramma. Caratteristiche biologiche anche queste, come tutte le cose

dette prima, che sono presenti in coloro che sviluppano dei problemi seri con l'alcool, sono presenti anche in persone che chiamiamo consumatori o consumatori occasionali.

E' chiaro che noi non dobbiamo vedere questo discorso come "questi sono un categoria, quegli altri sono un'altra categoria" ; manuali di diagnosi psichiatrica, per esempio il famoso o famigerato, a seconda dei punti di vista, DSM manuale statistico diagnostico dei disturbi mentali tenta di dire, tenta di dividere i fenomeni mentali, fenomeni della vita in categorie molto precise: c'è l'usatore, c'è l'abusatore, c'è la persona con dipendenza; ma nella realtà le cose non funzionano così! i fenomeni sono sempre distribuiti in maniera, secondo la curva gaussiana cioè secondo una curva che ha delle frequenze massime ma legate al caso, siamo noi che abbiamo bisogno di metterci le etichette. Per cui, se vedete questa cosa in un continuum, capite quello che sto dicendo; all'estremo di questo continuum c'è lo sviluppo di problemi gravi e lo sviluppo anche di un franco alcolismo, all'altro estremo c'è chi beve in maniera "normale" e in mezzo ci sono tutte le situazioni in stato di cedimento, senza un'interruzione. Se però noi parliamo un attimo, un attimo solo di alcolismo -qui ci sono i criteri diagnostici, se vogliamo, dell'alcolismo- ci accorgiamo che quello che ho detto prima, appunto perché si tratta di un continuum, si trasferisce anche nell'alcolismo. Per cui noi abbiamo, per esempio, la descrizione di Cloninger famosissima dell'alcolismo di tipo 1 che è quello della trasformazione in malattia dei problemi che abbiamo visto prima, abbiamo prima definito dell'adulto o del bere mediterraneo, quindi esordio nell'adulto, uso di droghe, uso solo di alcool, non ha associazione con disturbi mentali particolari o disturbi di personalità o con una particolare sofferenza psicologica, spesso seguente a traumi o eventi di vita esempio pensionamento, esempio emigrazione persone normali che hanno un trauma a emigrare in un paese straniero possono bere in questo modo; Sempre influenzato, poi, dal loro paese di origine se sono slavi bevono un po' anche perché bevono superalcolici e bevono poi anche persone che non avrebbero le caratteristiche per situazioni diverse poi dal trauma.

L'altro tipo di alcolismo è l'alcolismo di tipo 2 di Cloninger che, vedete, è la esacerbazione di quello che ho dimostrato prima un gruppo problematico, cioè esordio giovanile, uso di altre sostanze, l'atteggiamento di personalità che si chiama *sensation seekers* (sono persone che cercano le sensazioni forti, che cercano le novità ma non novità qualunque ma legate a sensazioni forti) e una forte associazione con i disturbi mentali e di personalità.

Cerchiamo di capire un po' più dentro la cosa, io qua ho fatto, ho cercato di fare una semplificazione un po' brutale cioè ho preso un esperimento fatto sulle scimmie. Scimmie bambine, cuccioli di scimmia e ho cercato di vedere cosa questo ci può insegnare; è una semplificazione terrificante perché i modelli sperimentali di animali sono sempre delle grandissime semplificazioni però forse da un punto di vista didattico può essere utile, ci provo! cosa è stato fatto? che delle scimmiette sono state messe di fronte a simboli ad uno stimolo o ad un rinforzo positivo, succo di frutta dolce o a niente, queste scimmie ovviamente, questo lo sappiamo tutti, è il modello del condizionamento operativo,

imparano a schiacciare un pulsante che gli dà il succo di frutta; questo è l'esperimento classico, ma cosa succede se aggiungiamo un terzo pulsante che a volte dà il succo di frutta e a volte non dà niente, indicato, segnato con un simbolo diverso, con un colore diverso? Succede che le scimmie si divertono, si eccitano, si attivano di più con il pulsante che a volte dà il succo di frutta e a volte non lo dà rispetto a quello che lo dà sempre. La ricerca se vengono messe in una situazione, in situazioni in cui se varia questo compito, come hanno imparato dai tre pulsanti cercano di più il terzo pulsante che i primi due e il secondo quello del succo di frutta. Terzo, che è questo che ho appena detto, le scimmie che hanno imparato ad usare il terzo pulsante, hanno in generale, non solo verso il pulsante, ma verso la loro situazione di vita che è triste perché sono dentro una gabbia, però rispetto alla gabbia le altre scimmie e il cibo, ecc hanno dei comportamenti esplorativi maggiori di quelli testati con i soli due pulsanti, cioè non solo cercano il terzo pulsante, quello con l'incognita, il punto di domanda ma anche si guardano attorno di più, cercano di più nell'ambiente. Quindi cosa ci dice, cosa potrebbe dirci questa cosa ?

Primo: che l'esperienza piacevole è un potente rinforzo dell'apprendimento. Tutte le scimmiette imparano a premere il pulsante associato con il succo di frutta, alla fine lo fanno tutte e questa è una cosa assodata. Teniamo presente che le esperienze maggiormente piacevoli sono quelle connesse con la sopravvivenza dell'individuo e della specie, quindi connesse con il mangiare, con il fare sesso, con il dormire, con le funzioni vitali essenziali.

Secondo: l'incertezza della gratificazione aumenta il piacere del rinforzo, questa è una cosa strana, non è la certezza di avere il succo di frutta che aumenta il rinforzo, è l'incertezza che aumenta il fatto che la scimmia cerchi il pulsante e stimola comportamenti di ricerca e di apprendimento, questo è strano: un po' alla volta la scimmietta che preme il terzo pulsante impara a fare ciò che fa con il pulsante anche con il suo mondo e qui impara la curiosità verso il mondo e il mondo e il mettersi in gioco.

E gli uomini? la prima osservazione, i due pulsanti, ci dice forse che la possibilità di ricevere nutrimento buono e caldo è indispensabile per la crescita, anche i cuccioli umani hanno bisogno per crescere di avere calore e nutrimento; la seconda cosa il terzo pulsante, ci può dire che se il nutrimento è raggiungibile senza esplorazione, senza "rischio" nutre di meno, perde di gusto, ha meno gusto. E' necessario integrarlo con gratificazioni esterne, quindi per esempio oltre che le soddisfazioni che mi dà la vita ho bisogno di un surplus di gratificazioni artificiale, tipo le sostanze, oppure se il gioco di ricerca, il terzo pulsante, è eccessivo e senza regole la ricerca diviene un piacere in sé non nutriente come accade per esempio nel gioco di azzardo, una serie di comportamenti impulsivi e ripetitivi; il terzo pulsante, l'incognita è indispensabile per avere una gratificazione completa, l'attesa del soddisfacimento del bisogno, l'incertezza fanno parte di questo gioco, ma anche questa parte qui è pervertibile e può diventare ricerca della sensazione di per sé, ricerca dell'incognita di per sé. Se il nutrimento è buono e l'esplorazione gratificante il bambino cresce bene e diviene un adulto emotivamente sano.

Cosa può voler dire questo nella crescita di ognuno di noi: la prima osservazione è che il nutrimento è poco o poco nutriente, per esempio genitori troppo occupati o freddi o incostanti perchè si occupano del bambino ma alternano l'accudimento a seconda del loro stato d'animo, non sono costanti. Questo... che cosa significa oggi questo? i genitori troppo occupati sono sempre in aumento, nel senso che lo stile di vita moderno dà questa rivolta, occuparsi dei bambini diventa sempre di più un qualcosa in più, una rottura di scatole, come un qualcosa che altera dalla vita.

Un'altra osservazione: in chi non ha il terzo tasto vengono inibiti i comportamenti di ricerca, si mette meno in gioco, gioca di meno con l'ambiente, questo potrebbe essere il caso di genitori iperprotettivi ansiosi, che danno tutto e vivono per i figli; allora questa cosa a me richiama una serie di cose nel senso che c'è il genitore che vive per lavorare e trascura i figli, caso 1, ma c'è anche il genitore che ha come unico obiettivo il figlio e gli sta troppo addosso! mi viene in mente, ad esempio, una serie di coppie separate in cui la persona che alleva i figli ha come unica cosa nella sua vita, e dico questo esempio non perchè sia una statistica, ma perchè è una mia esperienza personale, stanno troppo addosso ai figli, vivono per i figli e anche questo non va bene perchè impedisce il comportamento di esplorazione: oppure ancora, alla ricerca non è connessa la gratificazione: premo il tasto e ancora continua a non venirmi niente o mi viene in maniera troppo incostante; questo potrebbe essere un campo per l'educazione umana, dei bambini che l'ambiente attorno, che quando la famiglia originaria non funziona spesso tradizionalmente supplisce la scuola, le amicizie, la socializzazione è ostile e freddo oppure mancano le occasioni di gioco e di amicizia e poi mi viene in mente, per esempio, che ad esempio ambienti sportivi troppo competitivi non creano queste occasioni di gioco e di amicizia, anzi creano ambienti sostitutivi che dovrebbero per cui essere una crescita alternativa a quella della famiglia, complementare a quella della famiglia [...]. Tutto questo, secondo me, potrebbe essere un'ipotesi su cosa è accaduto a quei ragazzi che abbiamo visto all'inizio, queste persone che bevono, usano sostanze, ma anche hanno comportamenti impulsivi, ma anche hanno difficoltà nelle relazioni interpersonali e hanno anche delle storie familiari travagliate, a queste persone potrebbe essere successo tutto questo. Allora, cosa ci dice tutto ciò? Ci dice che una certa impostazione della società, una certa impostazione della famiglia portano verso questo tipo di problemi e c'è sicuramente un problema, ci sono dei problemi serissimi di pressione sociale, di marketing, di cose di questo tipo, ma ci sono anche degli altri problemi tipo questi e in qualche modo bisogna tenerne conto. Come tenerne conto? Questa è la parte più difficile perché fin qua è teorico, ma come tenerne conto nel nostro lavoro? In questa ricerca che ho fatto ho trovato questa cosa qui, questa ricerca pubblicata negli Stati Uniti nel 2003 e mi è piaciuta perché praticamente dice, intervista un certo numero di studenti tra i 12 e 18 anni chiedendo: "Ma, se, quando, tu hai pensato nella vita, in qualche momento della tua vita di limitarti nel bere? E che cosa hai fatto?" Quindi non una cosa riferita ad interventi esterni, ma viene chiesto alle stesse persone che cosa hanno fatto. Cosa hanno fatto? Hanno, ma

è quello che è ovvio naturalmente, cioè, alcuni hanno risposto che hanno evitato le situazioni per bere; altri hanno risposto che hanno avuto un supporto interpersonale informale, il che vuol dire praticamente che hanno parlato con gli amici, che insomma ne hanno parlato di questi problemi, di queste abitudini con gli amici; una quota ha avuto un aiuto "organizzato" che vuol dire un intervento in una situazione di prevenzione nella scuola, nel lavoro, nelle loro situazioni, [quindi] una situazione organizzata; una quota ha pensato di porsi limiti, cioè si è imposto di, bevo fin qua e non bevo oltre, anche questo serve evidentemente; una quota ha trovato attività ricreative alternative al bere (si è messo a fare sport, si è messo a divertirsi). Quindi il da fare probabilmente secondo me è dentro questo, queste sono le cose che fanno i ragazzi spontaneamente, probabilmente quando si fa un programma preventivo le cose da fare sono dentro qui. Il problema è se vogliamo, invece, il come farle, il come farle. Già nella idea della prevenzione selettiva c'è questo concetto, perché avete visto prima nelle diapositive che vi ha mostrato Lorenzo Rampazzo che tra le caratteristiche che selezionano l'intervento preventivo, che mirano all'intervento preventivo, c'era anche il disagio emotivo, c'era anche la depressione - adesso non ricordo con che termini lo diceva- c'era anche questo. Quindi un primo punto è prestare attenzione non solo al -come dire- ai contesti in senso sociale, ambientale, alle norme del contesto, ma anche alle caratteristiche della persona. Bisognerebbe improntare tutti gli interventi alla luce di quello che ho detto anche a un certo stile che dipende molto in realtà dalle caratteristiche degli operatori che è lo stile che cerca di stimolare l'elasticità e la capacità di crescita che con un termine alto, scientifico si chiama neuroplasticità, concedetemelo, attraverso vie "emotive", quindi non con le parole, non solo con le parole, non solo con informazioni, ma anche con il gioco, l'arte, le relazioni umane, l'umorismo, la spiritualità. Vi ringrazio.