

SCUOLA NAZIONALE DI PERFEZIONAMENTO IN ALCOLOGIA

NEGRAR (Verona)

Anno Accademico 2002-2003

T E S I

“SOBRIETA’”: condizione statica o dinamica

Indagine conoscitiva A.C.A.T.-VERONA EST

Corsista: **Bruno Boaretto**

Relatore: **Dott. Gian Paolo Brunetto**

Dedicato a

Milena

Chiara e Silvia

**“SOBRIETA”” condizione statica o dinamica.
Indagine conoscitiva A.C.A.T. - Verona Est**

INDICE

Prefazione	pag. 3
Introduzione	pag. 4
PRIMA PARTE Analisi dei Manuali e dei Testi consultati	pag. 6
SECONDA PARTE Descrizione e Analisi dei dati della ricerca	pag. 18
TERZA PARTE La “Sobrietà” nel Sistema Ecologico Sociale	pag. 28
Conclusioni	pag. 34
Poesia	pag. 37
Bibliografia	pag. 38
Ringraziamenti	pag. 39
Questionario per la raccolta dei dati, (Allegato, pagg. n° 2)	pag. 40
Sede, A.C.A.T. Verona Est.	pag. 42

PREFAZIONE

A conclusione del “**corso delle 300 ore** “ è necessario elaborare, presentare e discutere una “**tesi**” su argomenti alcolcorrelati.

Fra le possibilità che mi si offrivano ho deciso di scegliere l’argomento “**Astinenza-Sobrietà**”.

L’evoluzione dei termini “Astinenza-Sobrietà”, nella metodologia del Professor Vladimir Hudolin, suscitano ancora parecchie resistenze e perplessità.

Mi sono proposto con questo lavoro, di indagare “se e quanto” il pensiero del Prof. Hudolin sia stato compreso e quale incidenza potrà avere nel futuro dei programmi alcolologici.

Ho innanzitutto esaminato i “Manuali” esistenti, gli articoli pubblicati dal Prof. Hudolin su “Camminando Insieme” e gli “Atti del Congresso di Calabria”.

Inoltre, ho realizzato un’indagine conoscitiva tramite “Questionario” presso le famiglie dei club dell’A.C.A.T. Verona Est.

Le risposte, mi hanno permesso di conoscere come sia stato realmente percepito il significato del termine.

INTRODUZIONE

Nell'evoluzione terminologica che Hudolin ha introdotto nel suo metodo, la *sobrietà* rimane un argomento stimolante e di grande attualità, anche per i futuri riflessi che potrà avere sui programmi alcolologici.

Dopo il XII° Congresso Nazionale della Calabria (Porto Rhoca – Squillace Lido - CZ.) ottobre 2003, il termine è stato accettato e sembra che venga usato senza grosse difficoltà dalle famiglie dei club, dai servitori-insegnanti, dalle Associazioni e forse dalla Comunità.

Resta da stabilire se esso sia stato recepito in senso “ecologico-sociale” o se sia usato in senso letterale, come nella consuetudine del nostro linguaggio d'uso.

Non è quesito da poco, perché diverso appare il significato qualora lo si adoperi in un senso o nell'altro e diversi saranno i risultati che ne scaturiranno.

Il DIR (Dizionario Italiano Ragionato) alla voce *sobrietà* recita: “la condizione di chi è sobrio per natura o lo è in un determinato momento”; *sobrio*: “equilibrato nel soddisfacimento degli appetiti naturali, in particolare del mangiare e del bere”.

e aggiunge: lat. *sobrius* “non ebbro, non ubriaco”

Hudolin propone un significato del termine diverso:” invece dell'astinenza in futuro sarebbe meglio parlare di *sobrietà*, cioè di un comportamento positivo che comporta una vita migliore”.

Ma sempre il DIR alla voce *astinenza* propone anche un significato non di rinuncia ma di scelta: "astensione da qualcosa con riferimento non a norme imposte dall'alto ma ad una propria condotta di vita o ad una propria abitudine".

In questo lavoro, pertanto, ho inteso indagare sul percorso del pensiero di Hudolin riferito a questo concetto e sulla evoluzione dello stesso da "astinenza" a "sobrietà", utilizzando come testi di riferimento :

- " i manuali", in quanto testi di educazione e formazione, dei quali fare costante uso nella mia opera di servitore-insegnante,
- "gli scritti del Professore" pubblicati dalla rivista "Camminando insieme",
- "gli atti dei congressi di Assisi", significativi per la conoscenza dell'ultimo pensiero hudoliniano.

Successivamente ho realizzato una ricerca sull'argomento, sottoponendo ai componenti i club dell'ACAT Verona Est della quale faccio parte, un questionario, finalizzato a rilevare la conoscenza e l'interpretazione del concetto di sobrietà nella vita quotidiana delle famiglie, nonché il suo "gradimento".

I risultati sono allegati al presente lavoro e commentati.

Infine dagli atti del Congresso di Calabria e dalla mia esperienza ho cercato di verificare se la sobrietà fosse proponibile anche in un contesto più vasto dei Club e dell'Associazione. Le considerazioni in tal senso costituiscono l'ultima parte del mio lavoro.

PRIMA PARTE - ANALISI DEI MANUALI E DEI TESTI CONSULTATI.

Nel **1985**, edito dalle Arti Grafiche Friulane (UD), il Professor **Vladimir Hudolin** pubblica il **primo manuale di alcologia** in lingua italiana, dal titolo **“ALCOLISMO “**.

Si tratta della traduzione di un precedente lavoro di Hudolin, (dieci edizioni in Iugoslavia), che appartiene alla prima fase della metodologia: **“si parla”** infatti di **alcolismo come malattia ...**”L'alcolismo è una malattia così frequente che, se si prende in considerazione l'insieme dei nuclei familiari di una popolazione si rischia di trovare quasi in ogni famiglia un alcolista ...” (prefazione dell'Autore alla X^a edizione), **di bere moderato:** “Nel gruppo dei consumatori moderati di bevande alcoliche ci sono anche quelle persone che secondo la nostra definizione non sono ancora alcolisti ma bevono spesso, tanto da subire prima o poi conseguenze di carattere medico e sociale” (op. cit. pag. 133), **di cura:** “Alla domanda iniziale : è necessario curare l'alcolista? Possiamo quindi rispondere che è quanto mai necessario organizzare in modo moderno la cura dell'alcolismo.” (op.cit. pag 130), **di terapeuta:** “Per poter costituire un CAT basta, al limite, assicurare l'adesione di cinque membri cioè due alcolisti, un familiare per ciascuno di essi e quantomeno un terapeuta o conduttore di gruppo che dir si voglia (medico, infermiere, assistente sanitario, assistente sociale, psicologo, ecc)... (op. cit. pag. 172), di **club come gruppo terapeutico**, di **club per** alcolisti in trattamento e naturalmente, soprattutto di **astinenza**.

1.1

Nel 12° capitolo dal manuale che sto esaminando, intitolato:” Quale atteggiamento devono prendere la società, le organizzazioni specializzate, gli alcolisti in trattamento e i terapeuti nei confronti dell'astinenza e degli astinenti?”, Hudolin affronta in modo specifico il problema dell'astinenza a conclusione di quanto precedentemente scritto.

Dato per scontato che l'astinenza assoluta, condizione ideale, non può, nè forse potrà mai essere raggiunta, neppure con mezzi costrittivi, come il proibizionismo ha già dimostrato, Hudolin afferma che "... in alcuni casi dobbiamo accontentarci della moderazione", ma indica anche delle categorie di persone che **dovrebbero** osservare **l'astinenza assoluta** e precisamente:

- 1) I bambini e i giovani nel periodo delle crescita..
- 2) Le persone di determinate professioni alle quali vengono affidate la vita e la salute dei cittadini (piloti, ferrovieri, autisti ecc.).....
- 3) I lavoratori e gli impiegati nelle ore lavorative...
- 4) L'alcolista, che una volta trattato **non deve** mai più nella sua vita bere nemmeno una goccia d'alcol se vuole conservare la propria salute ed evitare ricadute.

“Infine, secondo me, dice Hudolin, i **membri del team terapeutico** che lavora con gli alcolisti, dovrebbero solidarizzare con loro e non bere mai, siano essi astinenti o meno, in presenza degli alcolisti. Ciò significa praticamente che essi dovrebbero essere considerati astinenti, anche se ovviamente non intendo che si “inganni” l'alcolista dicendogli che il suo terapeuta è astinente e lui no.” (op. cit. pagg. 215-217).

1.2

Dall'esame del manuale in oggetto si può verificare che Hudolin nel testo usa molto raramente il termine sobrietà, per la precisione solo in sei casi.

La prima volta a pag. 11, riferendosi a se stesso:” Ciò mi permette di dire qualcosa in più sull'alcolista, sulla sua malattia e sulla sua vita privata, avendo avuto modo di seguirlo come medico assolutamente sobrio, laddove invece l'alcolista vive il suo alcolismo con la **coscienza offuscata dall'alcol.**”

A pag. 23, dove **sobrietà** indica un **obiettivo educativo**:”Ai giorni nostri il bere viene accettato di norma come un comportamento positivo con la conseguenza che quasi non esistono astinenti, dal momento che **la popolazione non viene educata** ad uno spirito di **sobrietà**...”

A pag. 27 , Hudolin sottolinea la **mancata preparazione sull'alcolismo** :”.. il lettore.. dovrà pensare se e come la sua famiglia, la scuola e/o la società avranno davvero influito su di lui in modo da poter prendere una posizione sobria personale.”

A pag. 49 a proposito di farmaci miracolosi:”...intanto si vagheggia un tipo di “**pillola**” che permetta di ubriacarsi impunemente secondo la regola del: “prendere la pillola, diventare immediatamente sobri e poter continuare a bere”.

A pag. 66 esaminando le amnesie alcoliche afferma :”...la persona ebbra, quando ridiventa temporaneamente sobria, **non ricorda** esattamente quello che è accaduto a lei e intorno a lei durante la fase di ebbrezza.”

A pag. 145 nel paragrafo “Farmaci ad azione sedativa e tranquillante” al punto 3:”...la **depressione** rappresenta talvolta una normale reazione al dileguarsi della sbornia e quando l'alcolista si trova in uno stato di sobrietà che gli permette di pensare realmente alla situazione in cui si trova.”

A pag. 157 riguardo alla **ricaduta**:”A volte l'alcolista, dopo essere **ritornato alla sobrietà** ed essersi ristabilito, capisce in quale situazione si trova, cade in **depressione** e tenta il **suicidio** o ha una **ricaduta** che in pratica è quasi la stessa cosa.”

Si può dedurre quindi che, in questa fase, Hudolin non fa grande uso del termine sobrietà, usandolo solo raramente e in contesti ben definiti, senza insistere su questo concetto e soprattutto usandolo quasi come sinonimo di temperanza (misura).

1.3

Ben diversa si presenta la situazione se esaminiamo l'uso che Hudolin fa del termine **astinenza**, che diventa la **parola-chiave** del programma di “cura” dell'alcolista.

Già nella prefazione l'Autore indica il suo pubblico ideale di lettori nei bevitori moderati o consumatori abituali, distinti dagli astinenti e dagli alcolisti. (op. cit. pag. 10)

Dopo aver illustrato le difficoltà connesse al consumo di bevande alcoliche e allo stato di ubriachezza o intossicazione acuta da alcol Hudolin pone la domanda **“Che cos'è la dipendenza dall'alcol o alcolismo ?”**. La risposta:” Se il consumo di bevande alcoliche diventa regolare ed eccessivo, perché nel frattempo si è instaurata una dipendenza alcolica con conseguente perdita della capacità di astensione dal bere, allora si può parlare di alcolismo.” In questo caso **l'incapacità di astenersi** è uno degli indicatori della **dipendenza** .

Infatti a pag.72 e segg. Hudolin riprende la classificazione degli alcolisti proposta da Jellinek, che li descrive in base alla loro dipendenza fisica e psichica e alla possibilità o meno di mantenere l'astinenza (vedi “alcolisti delta” incapaci di mantenere l'astinenza)

Partendo da questo presupposto è evidente che **qualsiasi programma di recupero dell'alcolista non potrà prescindere dall'astinenza** .

Hudolin ha ben chiari e li descrive con accuratezza i problemi legati alla **“sindrome da astinenza”** (pagg. 57, 68, 83), ossia ai vari disturbi che compaiono quando un alcolista smette di bere. L'esperienza ci dice che possono essere controllati e che comunque scompaiono in breve tempo.

1.4

Nel prosieguo del manuale l'Autore affronta in modo molto articolato l'esame del percorso riabilitativo che l'alcolista e la sua famiglia effettuano nel club e sottolinea costantemente l'importanza dell'**astinenza** come **“condizione indispensabile”** per l'efficacia di tutto il programma.

Deve essere **“completa e duratura”** (pag. 137, 155), **“totale”** (pag. 153, 164, 176, 193 ecc), **“criterio di guarigione”** (pag. 193), ma soprattutto **“per tutta la vita”**.

Sono affermazioni che non lasciano dubbi e che indicano una via netta da seguire, pena il **fallimento** del progetto e del processo **di cambiamento** del proprio stile di vita.

Risulta tuttavia interessante (pag. 93) l'affermazione che **“l’astinenza sia una scelta”** questa idea toglie alla stessa il carattere di imposizione inevitabile, di costrizione, per portarla ad un livello superiore di consapevolezza e di **libera scelta** da parte di ognuno. Su questo punto **si gioca la qualità della vita di molti alcolisti.**

1 . 5

Nel **1990** Hudolin pubblica, a cura del Centro Studi e Documentazione di Trento, edizioni Erickson, un **nuovo Manuale di alcologia**, di cui esce una **II^ edizione nel 1991**. A mio modesto avviso si tratta di un testo esauriente e significativo, una summa di quanto al momento si sa sull'alcolismo e sul trattamento degli alcolisti; un testo, a cui fare riferimento per una corretta interpretazione del metodo.

Dalla lettura del Manuale appare inesistente il problema di distinguere “astinenza” da “sobrietà”.

1 . 6

Esaminiamo quante volte e in quali contesti il termine **“sobrietà”** viene utilizzato.

A pag. 28 Hudolin cita le Associazioni di sobrietà (es. A.A.), distinguendole da quelle di astinenza (es. proibizioniste, esercito della salvezza, ecc.) nei Cenni storici sull'alcolismo.

A pag. 156, illustrando la cosiddetta **“Dipendenza psichica”** sostiene che:” ...chi ha sviluppato tale dipendenza...da sobrio può astenersi dal bere per un certo periodo di tempo, ma al **primo bicchiere**, di nuovo non saprà più fermarsi e finirà nuovamente in un grave stato di ubriachezza.”.

A pag. 168, parlando dell'alcolista, che viene portato al pronto soccorso in stato di ubriachezza, dice: "...tornato sobrio, è **pronto a giurare** che si è trattato di una **sbornia occasionale**."

A pag. 274 definisce in modo molto preciso il rapporto tra il singolo e il bere alcolici: "... si parlerà – dice – di astinenza, di bere moderato, di alcolismo", e il rapporto della famiglia, dell'ambiente sociale e di lavoro con il bere: "si parla, di stile di vita di sobrietà, di stile di vita legato al bere moderato, di stile di vita dell'alcolista".

A pag. 321 esamina il caso in cui **un alcolista frequenti il club ubriaco**, per poi un giorno presentarsi del tutto sobrio e continuare, da quel momento in poi, ad essere astinente.

1.7

Al di là dei passi citati Hudolin nel manuale del 1990/91 non si occupa più di sobrietà ma usa sempre il termine di astinenza.

Il manuale, diviso in quattro parti, affronta tutte le tematiche legate all'alcolismo (definizione e terminologia, modelli del bere, teorie e approcci ai problemi alcolcorrelati, diagnostica...), illustra i disturbi alcolcorrelati, esamina i modelli di trattamento dell'alcolismo e, infine, si sofferma sui Club degli alcolisti in trattamento e su alcuni specifici problemi del loro funzionamento.

In tutta questa lunga trattazione Hudolin ribadisce più volte la **necessità della totale astinenza dell'alcolista** non solo durante la cura dei disturbi alcolcorrelati (pagg. 140, 154, 156, 157, 160, 191, 192, 194, 204, 211,213,216), ma anche durante il trattamento sia nei servizi e nelle strutture (pagg. 220, 221, 222,227, 228, 234, 241, 243, 245, 246, 256, 274), sia nel club (pagg. 286, 287, 296, 305, 306, 308, 309, 313, 314, 318, 320, 333).

Ciò che mi è parso maggiormente degno di nota è stata l'insistenza con cui Hudolin presenta la **necessità per tutti i familiari** di mantenersi **astinenti...**" non tanto per aiutare gli alcolisti, ma piuttosto per risolvere i loro stessi problemi: come parte importante del sistema familiare risentono anch'essi della situazione di disagio in cui versa la famiglia". (op.cit. pag. 256)

Coerentemente con i principi dell'approccio ecologico-sociale Hudolin insiste, in tutto il manuale, sulla **necessità di cambiare lo stile di vita**: "conseguire l'astinenza, sostiene a pag 221, non è il fine ultimo del trattamento. L'**astinenza** è piuttosto uno strumento, un **obiettivo intermedio**. Non ci può soddisfare l'astinenza, se a questa non segue un radicale **cambiamento nel comportamento**. Se l'alcolista modifica il proprio stile di vita, cambierà anche il suo rapporto con l'alcol".

1.8

In conclusione, dallo studio del manuale non si evince alcuna preoccupazione di Hudolin di modificare il concetto di astinenza. Fino al 1991 il problema non pare porsi, almeno in quello che è il testo base di formazione di tutti gli operatori, anzi l'astinenza appare svincolata dal suo aspetto impositivo, per assumere piuttosto connotati di scelta libera e consapevole, di utilizzo strumentale per il raggiungimento di obiettivi più alti.

Mi pare che questo sia lo spirito che emerge dal testo rispetto al problema astinenza/sobrietà.

1.9

Alcuni anni dopo la morte di Hudolin, nel **2001**, a cura di **Vi. Hudolin, P. Gosparini e altri**, la **Scuola Europea di Alcolologia e Psichiatria Ecologica** pubblica un **nuovo Manuale**, "uno strumento di lavoro di cui servirsi, anche dal punto di vista didattico, in funzione della crescita e della diffusione dei club in Europa e nel mondo..."(L. Floramo: prefazione op. cit.).

Una prima stesura del manuale e il testo introduttivo sono opera dello stesso Hudolin (anno 1994) e da allora arricchito con molti contributi di vari autori.

Ciò spiega anche, a mio avviso, la frammentarietà che talvolta si riscontra nel testo e la difficoltà a distinguere ciò che è stato detto da Hudolin e ciò che invece è, “interpretazione” del suo pensiero.

1.10

Per quanto riguarda l’oggetto della ricerca, astinenza e sobrietà, il manuale è di scarsa utilità.

Pare, ad una attenta lettura, che il problema non sussista, tanto è scarso l’utilizzo dei due termini.

Si può, quindi, legittimamente concludere che nel **1994** il professore non ritenne importante introdurre nel manuale il tema della sobrietà. Va altresì considerato che non ritenne neppure essenziale insistere sull’astinenza. I curatori del testo, probabilmente seguendo tale indicazione, non approfondirono il tema.

1.11

Resta allora la necessità di attingere ad altre fonti per comprendere “**se e quanto**” a Hudolin interessasse passare **dall’astinenza alla sobrietà**.

A tale scopo ho esaminato la **Raccolta degli scritti di Vl. Hudolin in “Camminando Insieme” fra il 1986 e il 1996** a cura di Michele Sforzina, edita nel **2002**, dalle Arti Grafiche Friulane Spa, Tavagnacco (UD), ritenendo che la rivista dell’AICAT fosse fonte di indicazioni teoriche ed operative condivise dal movimento dei club.

Dall’esame degli scritti si individua uno “**spartiacque**” nell’anno **1993** quando, al **primo Congresso di Assisi** sulla spiritualità antropologica, Hudolin, nella relazione introduttiva, dice: “**Sembra ingenuo accontentarsi solo dell’astinenza**. Il cambiamento descritto rientra in uno sforzo antro-po-spirituale generale della trasformazione della nostra cultura. E’ chiaro che il

cambiamento descritto non può essere ottenuto esclusivamente nel Club degli alcolisti in trattamento, ma deve essere per forza ottenuto nella comunità locale”.

Negli articoli precedenti, scritti negli anni che vanno dal 1986 al 1992 il Professore, coerentemente con le premesse teoriche del suo metodo, non ancora rivisitato in dimensione universale, aveva sempre parlato di astinenza (pagg. 9, 13, 26, 33, 39).

Mi pare doveroso ricordare le sue parole del **1990** al **IV° Congresso dei club** a **Riva del Garda**:
“**L’alcolista può cessare di essere alcolista?** Penso che questa domanda non ponga dilemmi. Se l’alcolismo è uno speciale stile di vita, un tipo di comportamento, quando questo stile cambia finisce l’alcolismo, a patto che venga mantenuta l’astinenza” (op.cit. pag. 39).

1.12

Le argomentazioni relative al **cambiamento**, presentate da Hudolin al “**Congresso di Riva del Garda**”, dove peraltro sono frequenti i riferimenti alle “**Encicliche papali**”, sposta decisamente l’attenzione dal club alla comunità locale di cui il club fa parte. Pare che il cambiamento che interessa il Professore non riguardi tanto il singolo o la sua famiglia ma la comunità in cui il club opera. Non è compito di questa ricerca valutare tale mutamento, ma solo certificarlo per i riflessi che ha sul tema di questa tesi.

1.13

Parallelamente alla nuova dimensione che il pensiero di Hudolin va assumendo, si accresce la sua attenzione al **concetto di sobrietà**. Nel settembre del **1995**, all’apertura del **III° Congresso di Assisi**, Hudolin si sofferma in modo dettagliato sulla terminologia e spiegando la voce astinenza così si esprime: “ **Astinenza** è un’altra parola che ultimamente può causare ambiguità nei programmi per i problemi alcolcorrelati e complessi, e dovrebbe essere usata con prudenza. Anche

nella letteratura professionale viene sempre più discussa. Molti la usano come sinonimo della cura riuscita (ossia come criterio di guarigione). Astenersi significa, di solito, un sacrificio, un abbandono, e sembra che soltanto gli alcolisti in trattamento debbano astenersi invece i bevitori cosiddetti normali o moderati si astengono in quest'ottica, esclusivamente in situazioni specifiche....

L'alcol è una droga e dovrebbe essere trattata come tale. Abbandonare l'alcol non è un sacrificio, ma una decisione presa da una persona o da una famiglia che cerca di cambiare il proprio comportamento, cercando uno stile di vita che consenta una crescita e una maturazione, verso una migliore qualità di vita e una migliore spiritualità antropologica.... Quando tale crescita o maturazione inizia, non si può più parlare di astinenza, ma di una nuova qualità della vita, che a sua volta significa anche una spiritualità nuova, e fa parte della sobrietà. **La sobrietà non significa solo astinenza**, ma **“un insieme” delle migliori caratteristiche antropospirituali** “ (op. cit. pagg. 92, 93).

1.14

Con le stesse parole, nel dicembre dello stesso anno, Hudolin interviene al” **IV° Congresso dei club a Salerno**”. Anche in questa occasione ribadisce che: “...nel trattamento non è importante solo l'astinenza, come spesso si immagina. Senza l'astinenza non può esserci il cambiamento, la crescita, la maturazione, ma, d'altro canto, con la sola astinenza questo non si può ottenere. **Invece** di parlare **di** terapia, **trattamento**, ecc., si potrebbe parlare **di cambiamento**, crescita, maturazione, si potrebbe usare il termine sobrietà, una vita sobria”.(op. cit. pag. 105). Da qui, si può dedurre, (**Club degli Alcolisti in Cambiamento**), oppure (**Famiglie e Alcolisti dei Club in Cambiamento**). **Oggi, parlare di trattamento, significa parlare ancora di cura, quindi, di un malato ! Questo è incompatibile con l'evoluzione del metodo.**

Hudolin si sofferma a lungo sul termine **sobrietà**...” Sarebbe preferibile usare il termine sobrietà, che dall’altra parte assume nella lingua corrente il significato di moderazione.

Questo significato non può essere accettato in riferimento ad una droga, in quanto la moderazione in tal caso non esiste.

Quando una persona non beve o non usa un’altra droga, non si può parlare di astinenza (ossia qualcosa imposto dal di fuori). Non avrebbe senso perché in questo caso non esiste una privazione di una cosa indispensabile. Al contrario **sobrietà** diventa sinonimo di crescita oltre l’astinenza, direi quasi una trascendenza dal proprio stile di vita “.

1.15

Nell’anno seguente, il **1996**, il Professore puntualizza il suo pensiero più volte riguardo al tema della **sobrietà**. L’ultimo suo intervento ad Assisi esamina il passaggio dei club dall’adolescenza alla maturità.

Aggiunge, però, un ulteriore tassello al ragionamento: “...Non si tratta di abbandonare qualche cosa, ma di evitare l’uso di una sostanza tossica che ha causato tante sofferenze a molte famiglie.

Parlo naturalmente delle famiglie con un problema alcolcorrelato e complesso:....

...Invece di astinenza in futuro sarebbe preferibile parlare di sobrietà, cioè di un comportamento positivo che non chiede a nessuno di abbandonare qualcosa, ma di accettare una vita migliore: **“l’astinenza fa parte della sobrietà”**.(op. cit. pag.119).

1.16

Per concludere questa riflessione sugli scritti di Hudolin che ho ritenuto interessante esaminare, riportiamo le sue parole, pronunciate in quel che si può considerare il suo **“testamento spirituale”**, l’intervento al **“Congresso di Grado nel dicembre del 1996”**.

Dopo aver “**inserito nel contesto**” l’idea della **sobrietà** in riferimento alla **trascendenza**, “...la **trascendenza** significa secondo il concetto ecologico sociale, la possibilità di trascendere se stessi, il proprio comportamento, e di scegliere una vita migliore....con l’astinenza sì, ma non solamente questa: per questo è meglio parlare di sobrietà “(op. cit. pag. 126) sostiene che: “All’inizio sia le persone che venivano ai club cercando la soluzione dei loro problemi alcolcorrelati, sia le persone che si rendevano disponibili per il lavoro nei club **parlavano dell’astinenza come se questa significasse la cura e la soluzione di tutti i problemi**. Con il tempo abbiamo imparato che si tratta di un problema comportamentale di tutta la famiglia e che la cura non consiste se non nel cambiamento del comportamento dello stile di vita nella famiglia e nella comunità. Tale **cambiamento all’approccio** ha chiesto una **nuova terminologia** che ci offrirà una migliore comprensione....” (op. cit. pagg. 126-127).

1.17

A conclusione di questa parte della ricerca, effettuata sui testi di Hudolin, sento di poter affermare che **l’evoluzione della terminologia** rappresenta **una costante** nel metodo hudoliniano, **inseparabile** dal metodo stesso, in **continua evoluzione** per sua stessa natura.

Ritengo tuttavia importante ricordare, che il cambiamento a tutti i costi può portare a delle forzature e spesso a dimenticare quali sono i primi soggetti a cui il metodo deve fornire le risposte: gli alcolisti e le loro famiglie.

Se è vero, **ed è vero**, che riducendo i consumi si riducono le famiglie con problemi alcolcorrelati (ed è conclusione lapalissiana!) è altrettanto vero che spesso per inseguire un discorso complesso si rischia di dimenticare chi ha bisogno di risposte “**qui e ora**”, gli alcolisti e le loro famiglie.

SECONDA PARTE

DESCRIZIONE E ANALISI DEI DATI DELLA RICERCA

Il **questionario** (vedi allegato) è stato somministrato ai componenti (**alcolisti e familiari**) dei **club** dell'**ACAT Verona Est**, nell'**Anno 2005**.

Obiettivo: verificare “**se e come**” è stato acquisito il **concetto di sobrietà**.

Modalità operative: il questionario è stato strutturato con domande e risposte a scelta multipla. I primi due quesiti riguardano le definizioni di astinenza e sobrietà, i quesiti 3/4/5 sono tesi a verificare quanto nel club sia diffuso il discorso sulla sobrietà, le domande 6/7 richiedono una riflessione sul cambiamento del singolo e della famiglie rispetto ai comportamenti, la domanda 8 vuole verificare in quale contesto le persone hanno sentito per la prima volta parlare di sobrietà, le ultime domande, infine, indagano sull'autovalutazione del soggetto rispetto alla sobrietà di sé e della propria famiglia.

L'ultimo quesito intende verificare come vengono vissuti i rapporti interpersonali all'interno dell'Associazione.

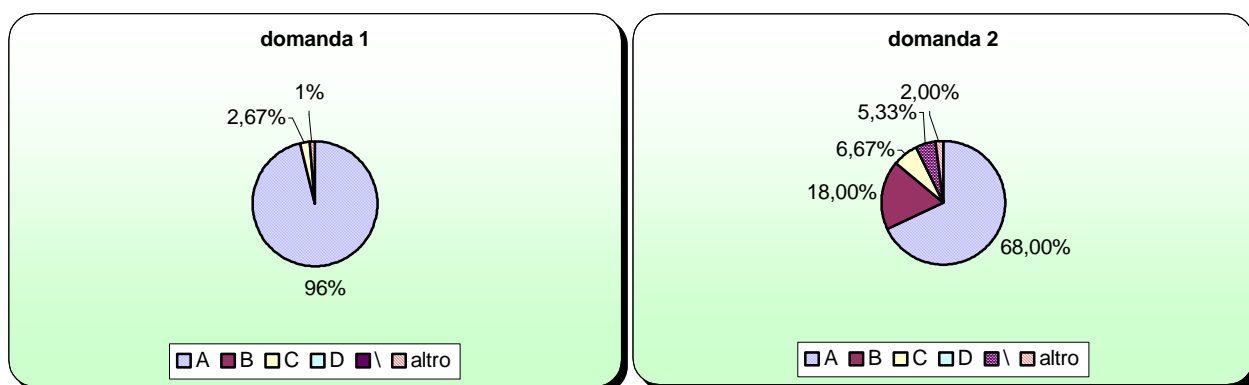
Il percorso è stato studiato in modo che alcune domande siano di controllo rispetto a quelle precedenti, per individuare la coerenza delle risposte.

La somministrazione del questionario è stata effettuata, previa richiesta, personalmente dall'estensore della presente tesi, che si è recato in tutti i club e ha spiegato la finalità del lavoro ed ha illustrato le modalità di compilazione.

I club interpellati sono**20**..... le persone coinvolte**200**.....

Hanno risposto, un totale di **150** soggetti (**90** alcolisti e **60** familiari) pari al...**75**...% dei membri dei club.

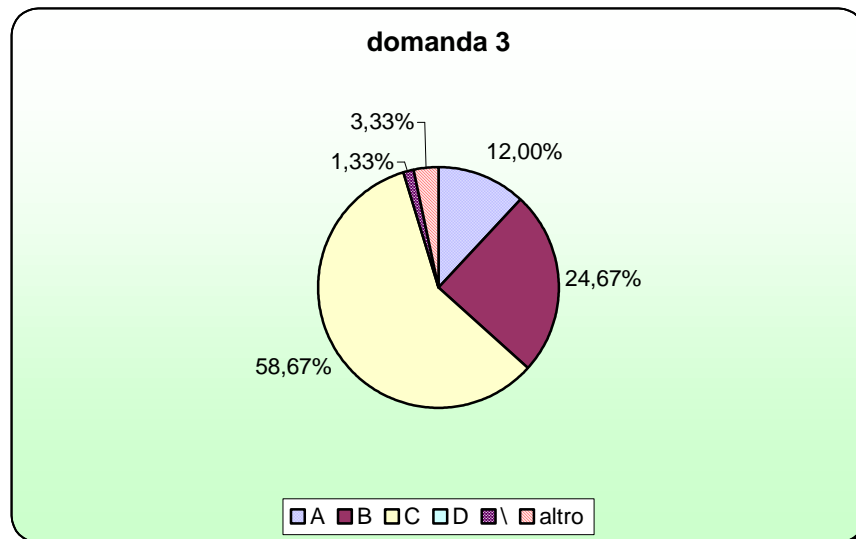
ANALISI DEI DATI DELLA RICERCA



1) Già dalle risposte alla 1^a e alla 2^a domanda, **definire astinenza e sobrietà**, si nota un dato significativo: il 96% degli intervistati ritiene che astinenza significhi **evitare di bere**, mentre solo il 68% dà la stessa definizione per sobrietà. Il 18% definisce la sobrietà come evitare di **eccedere nel bere**.

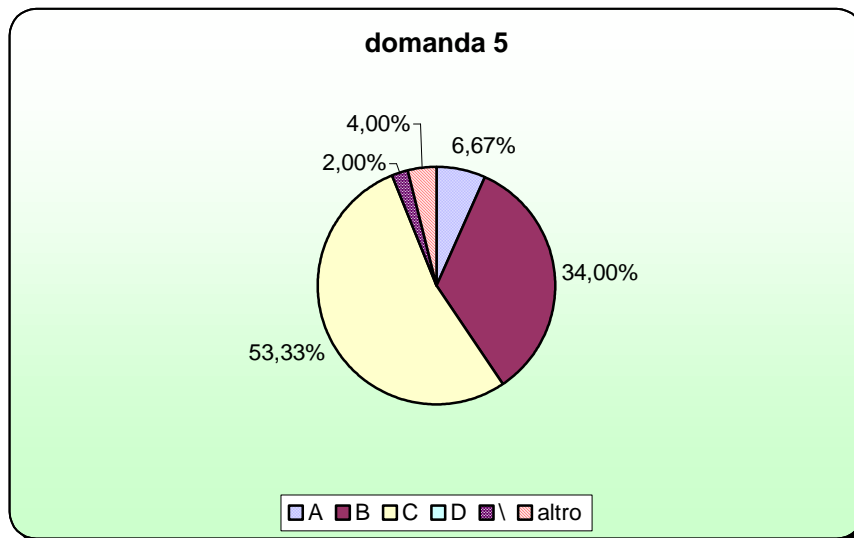
Pare quindi evidente che i due concetti non sono assimilabili per circa un terzo degli intervistati, i quali si attengono al significato corrente del termine sobrietà.

E' abbastanza curioso che, nella stessa percentuale di 1 a 3 sia stata scelta la risposta c) – aver **evitato di bere poco prima di...**, sia per il termine astinenza che per quello di sobrietà. Si può pensare che per queste persone bere o non bere dipenda dalle circostanze!



2) Alla domanda n° 3 oltre la metà degli intervistati (58,67%) risponde che un alcolista che frequenta il club **sceglie di essere astinente**, un quarto (24,67%) che deve essere astinente, e poco più di un decimo (12%) che può essere astinente

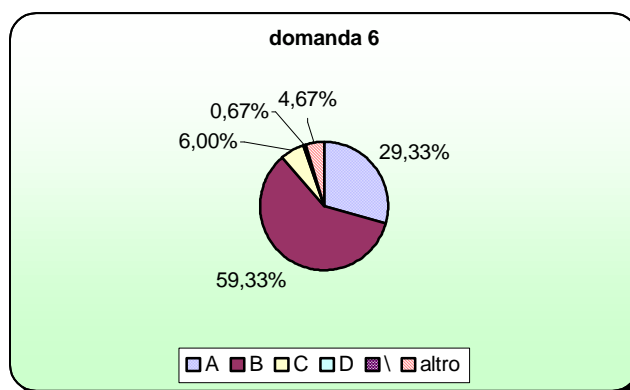
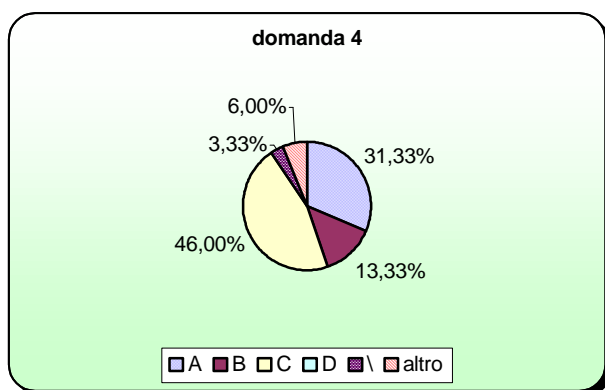
Si può, quindi desumere che per buona parte delle persone che frequentano i club **l'astinenza** rappresenti una **scelta** e non un obbligo, che sia vissuta in termini non impositivi o persecutori, e ciò solleva qualche dubbio sull'ipotesi da cui si parte per proporre la sostituzione del termine astinenza con quello di sobrietà.



3) Quanto sopra affermato trova conferma dall'analisi delle risposte alla domanda n°5: anche in questo caso circa la metà degli intervistati (53,33%) ritiene che un alcolista che frequenta il club **sceglie di essere sobrio**, ma, in modo abbastanza inaspettato ben il 34% sostiene che **deve essere sobrio**, trasferendo il significato coercitivo dall'astinenza alla sobrietà.

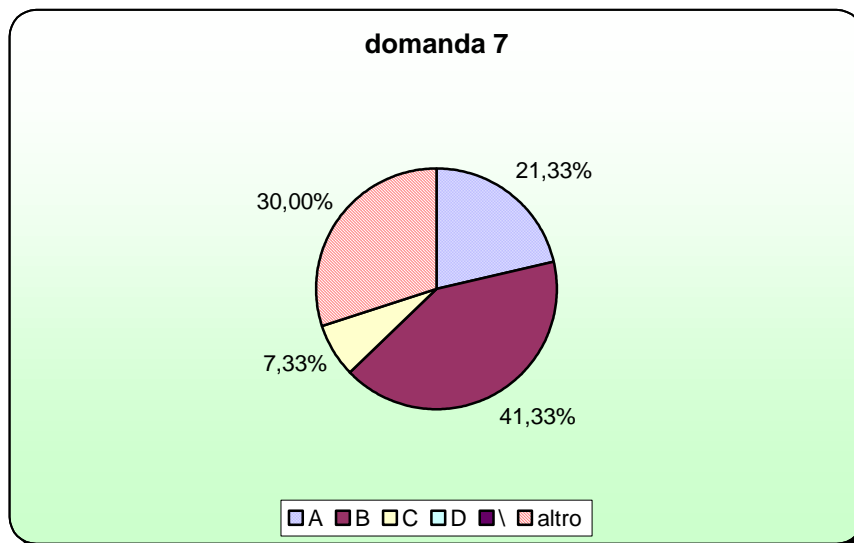
Questo dato , penso, debba essere ben valutato, quando si sostiene che **il passaggio dalla astinenza alla sobrietà è un passaggio liberatorio**.

Anche la risposta a) - **può essere sobrio**- ripropone lo stesso ragionamento, se confrontato con la stessa risposta alla domanda n° 3, ma con una preoccupazione piuttosto significativa che si traduce in una domanda: chi ritiene di poter essere astinente non sarà forse quello che ritiene di dover essere sobrio, intendendo con ciò l'evitare gli eccessi del bere?



4) Alle domande n° 4 e n°6 si poneva la questione in termini dinamici, di **cambiamento**: la **sobrietà** viene considerata un continuo percorso di cambiamento dal 59,33% degli intervistati, contro il 29,33% che la definisce un inizio di percorso. Il **cambiamento** viene vissuto come **una scelta** da parte del 46% delle persone intervistate, mentre un consistente 31,33% opta per il **si deve cambiare**.

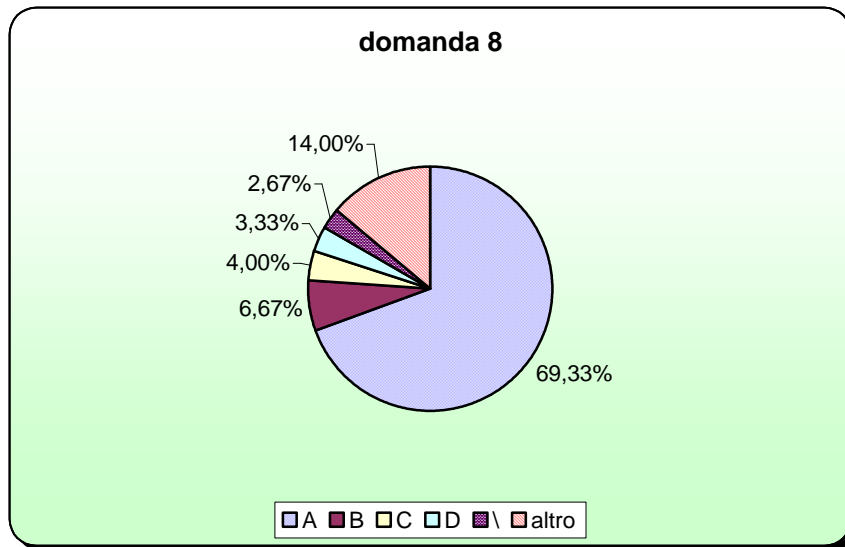
Anche in questo caso le risposte suscitano ulteriori interrogativi: il **cambiamento**, elemento portante di tutto il metodo, può essere vissuto come **un dovere**? Se “nessuno può dire a nessuno che cosa deve fare” perché il cambiare diventa un “**obbligo**”? Chi può arrogarsi il diritto di imporre, se non il tempo, i modi del cambiamento?



Domanda n° 7

5) La **sobrietà** riguarda l'alcolista per il 21,33% degli intervistati, tutta la famiglia per il 41,33%, mentre un significativo 30% indica come risposta un generico "**altro**".

Da quanto sopra si evince che poco chiaro risulta essere il soggetto protagonista della sobrietà, soprattutto se si confrontano i dati con quanto emerso dalla risposta n° 6. A fronte della affermazione che la sobrietà è un continuo percorso di cambiamento (59,33%), solo il 41,33% ritiene che tale percorso riguardi tutta la famiglia. Ciò ci riporta, ancora una volta all'idea che a cambiare **debba** essere soprattutto l'alcolista o altri soggetti non meglio identificati.

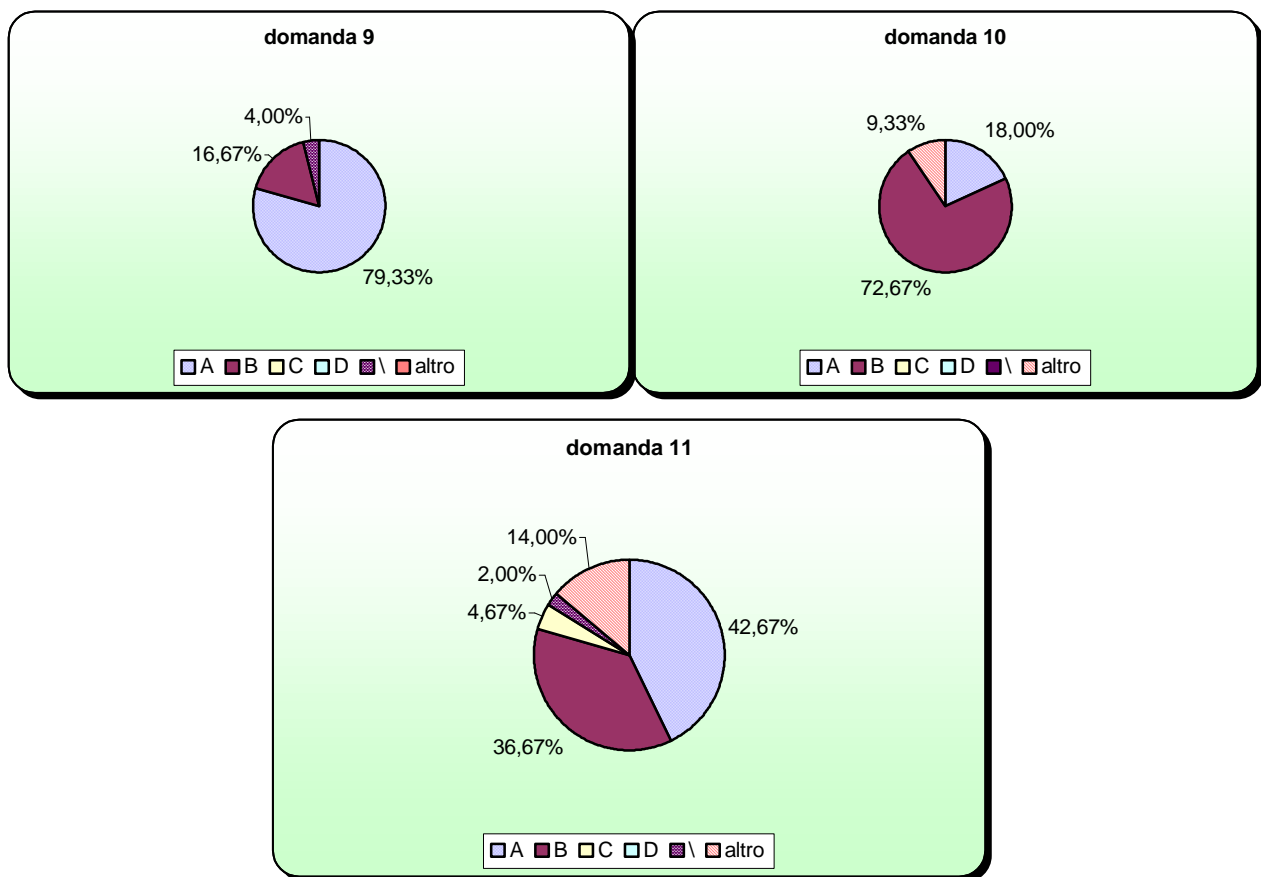


Domanda n° 8

6) Il termine **sobrietà**, usato al posto di **astinenza**, nel 69,33% dei casi è stato sentito usare per la prima volta nei club, molto meno in Convegni, Congressi, o Interclub. Il 2,67% degli intervistati sostiene di non averlo ancora sentito.

Tutto ciò significa che il termine è stato adottato nel linguaggio del club, ma senza fare eccessiva chiarezza sul suo significato e sul suo essere “**valore guida**” del **cambiamento**. Appare perciò la necessità di definire in **maniera univoca** il suo significato, senza indulgere in strane elucubrazioni e invenzioni dialettiche.

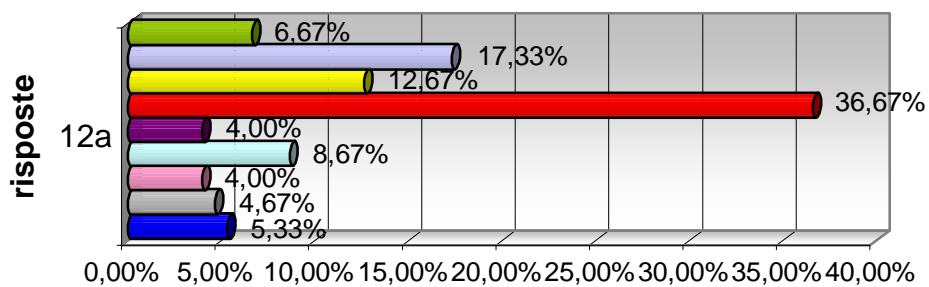
Se la semplicità dell’approccio ecologico-sociale passa anche attraverso la semplicità del linguaggio, è doveroso tener presente che non tutti i partecipanti al club possiedono doti e competenze da filologi (studiosi del linguaggio).



7) Le domande n°9 n°10 n°11 riflettono una valutazione soggettiva sulla “sobrietà” della propria famiglia, della comunità di appartenenza e di sé.

Se alle prime due domande si sono ottenute risposte fondamentalmente omogenee – la famiglia in cui si vive è sobria 79,33% di sì, 16,67% no, la comunità 18% di sì e 72,67% di no – la terza pone qualche problema di interpretazione. Infatti il 42,67% degli intervistati si ritiene astinente, il 36,67% sobrio e i rimanenti si collocano in una posizione di “altro”. Ciò induce ad una considerazione: nonostante la consapevolezza che la frequenza al club comporta astinenza e/o sobrietà (vedi dom n°3 e n° 5) in realtà una buona percentuale degli intervistati si colloca fuori da queste categorie. Si tratta forse di quel **20 %** circa che “ **non ce la fa ?** “

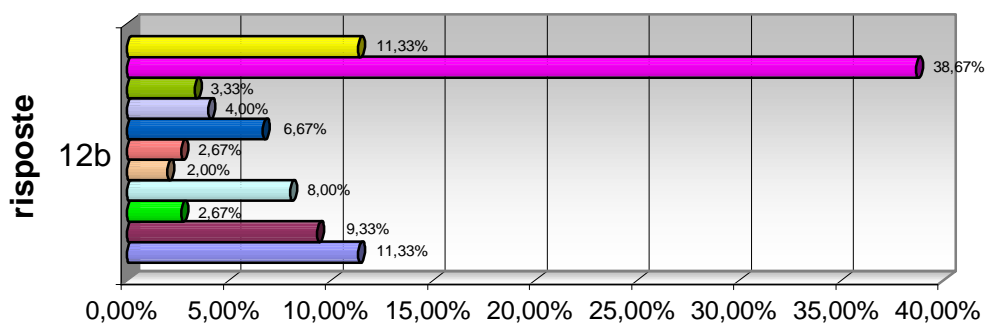
domanda 12a



percentuali

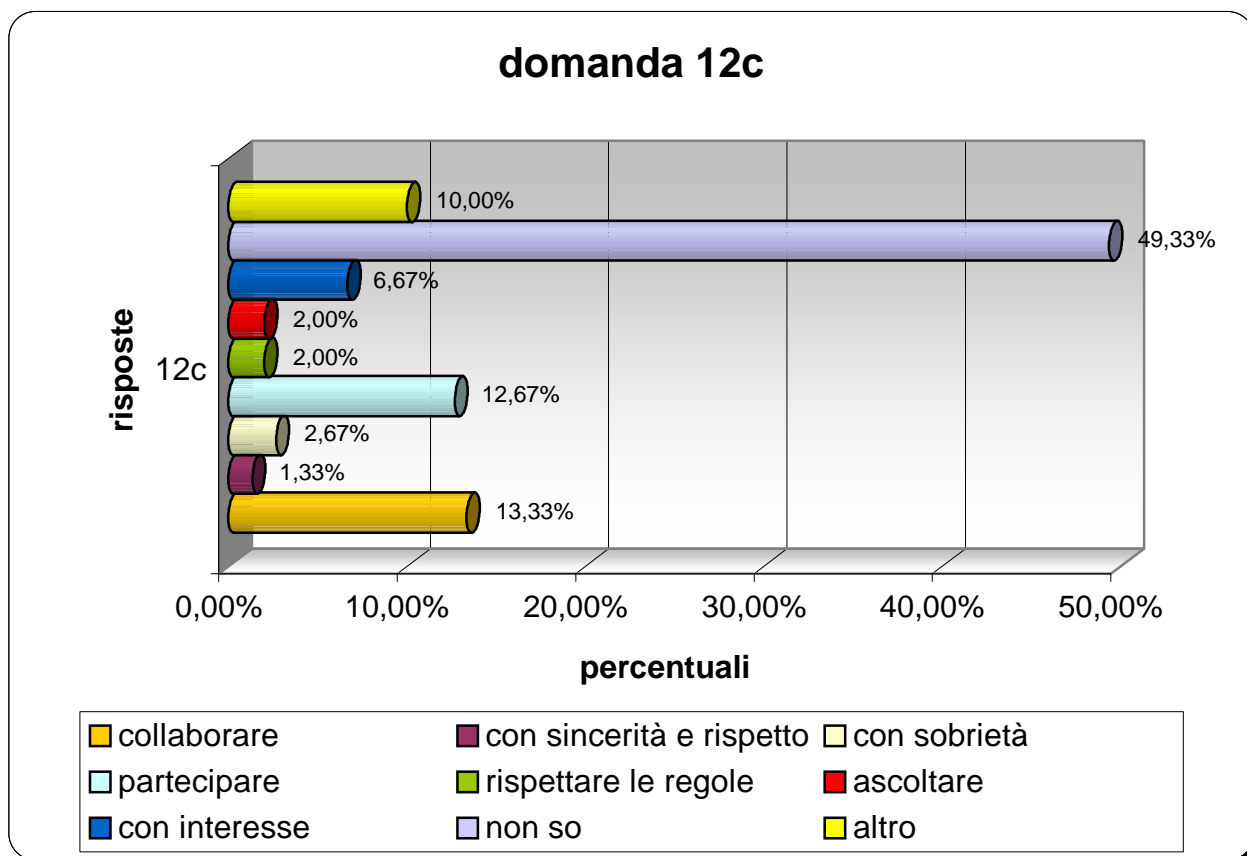
- | | |
|--|--|
| ■ bene | ■ collaborare |
| ■ con lealtà e solidarietà | ■ con sincerità e rispetto |
| ■ con sobrietà | ■ partecipare |
| ■ rispettare le regole | ■ non so |
| ■ altro | |

domanda 12b



percentuali

- | | |
|--|--|
| ■ collaborare | ■ con sincerità e rispetto |
| ■ con sobrietà | ■ partecipare |
| ■ ascoltare | ■ capire |
| ■ con interesse | ■ farsi consigliare |
| ■ riconoscere le sue mansioni | ■ non so |
| ■ altro | |



Le risposte alla domanda n° **12**, articolata in tre parti, riguardanti i rapporti della singola persona con i diversi livelli del mondo associativo, indicano nella **partecipazione** l'unica costante significativa, sia pure con percentuali molto modeste di scelta.

Appare grave e da tenere necessariamente in considerazione, il fatto che la grande maggioranza degli intervistati risponde con “**non so**”, indice quantomeno di confusione (o di altro?).

Certamente il dato è preoccupante per una realtà come la nostra, in cui tutto il programma si basa sulla “**condivisione**”, sulla “**responsabilità**”, sul “**farsi carico**” di “**sé e degli altri.**”

Forse oltre che dibattere sulla sobrietà e/o sull'astinenza si dovrebbe porre una maggiore attenzione sul **come siamo** e su **dove stiamo andando!**

TERZA PARTE - LA “SOBRIETA” NEL SISTEMA ECOLOGICO SOCIALE.

3.1

Per poter affrontare la riflessione su come il concetto di **sobrietà**, evolutosi da quello di **astinenza**, modifichi la vita delle famiglie, dei club e della comunità è necessaria una breve illustrazione dell’approccio ecologico sociale di Vladimir Hudolin.

Già dagli **anni Sessanta a Zagabria** Hudolin inizia un’esperienza che, nel corso di 30 anni, rivoluzionerà l’approccio all’alcolismo. Rigettata l’idea di malattia e di vizio, l’alcolismo, o meglio, i problemi alcolcorrelati sono considerati un comportamento, uno stile di vita. Ad Abbazia, nell’85, Hudolin lancia una proposta destabilizzante per tutti coloro che lo ascoltano: **l’alcolismo è un disturbo nel sistema ecologico sociale** nel quale le persone e le famiglie sono inserite, perciò non esiste un “**malato**” che deve essere curato, ma tanti elementi del sistema che soffrono di problemi alcolcorrelati.

A prima vista sembra una provocazione, ma ad un esame più attento la proposta si dimostra coerente con le premesse metodologiche.

La teoria ecologico-sociale, infatti, fa riferimento **all’approccio sistemico**, che inserisce, nel contesto a cui appartiene, ogni comportamento problematico, dalla sofferenza psichiatrica alla dipendenza da droghe o da alcol. In altri termini è l’ambiente in cui l’uomo vive e lavora che dà significato al suo stile di vita e in una comunità permeata di cultura del bere lo stile di vita delle persone non può prescindere da tale modello fortemente pervasivo.

La **comunità** quindi è il sistema da modificare, **cambiando la cultura generale e sanitaria**, e in questa comunità sono inserite le famiglie: l’approccio familiare sarà perciò l’approccio minimo indispensabile. Infatti, in una visione sistemica, **ogni cambiamento di un elemento del sistema modificherà anche gli altri**.

3.2

Si parte perciò dal **club, comunità multifamiliare**, composta da famiglie con problemi alcolcorrelati e da un servitore-insegnante, persona motivata e opportunamente preparata e formata con aggiornamento continuo. **Il club fa parte della comunità** con cui interagisce e in cui dà testimonianza, senza ricorrere all'anonimato o alla segretezza. **Obiettivo** delle famiglie che frequentano il club è **raggiungere e mantenere l'astinenza**, per migliorare il proprio stile di vita, e collaborare con le istituzioni pubbliche e private, esistenti sul territorio, che si occupano di problemi alcolcorrelati; in questo modo il **club** si pone come nodo della rete territoriale di protezione e promozione della salute.

3.3

E' utile pertanto esaminare come il **club** si muove nella comunità e quante e quali connessioni attive e stringe.

Il **club** è composto ovviamente da tante persone: mogli, mariti, figli, parenti e il servitore-insegnante. Ognuna di esse ogni giorno si pone in relazione con conoscenti, colleghi di lavoro, vicini di casa, in quelle che costituiscono le *reti informali primarie* (informali perché non codificate, primarie perché fondamentali di ogni consorzio umano).

Sui fili delle reti informali primarie corrono le emozioni del quotidiano e anche il **club** viene vissuto e raccontato, in modo più o meno esplicito, da coloro che vi partecipano. E se non raccontato **il club viene testimoniato come cambiamento possibile**, reale e accaduto, di uno stile di vita lontano dall'alcol. In questo momento si colloca anche l'informazione del club come una risorsa esistente e accessibile a quelle famiglie che possono averne bisogno, come pezzo nuovo e importante della cultura della comunità.

Ma il **club** è, nella sua globalità, un'associazione privata inserita in un insieme di altre associazioni, gruppi, aggregazioni che nella comunità si formano con scopi diversi: le *reti informali secondarie* (informali perché non ancora codificate, secondarie perché successive a quelle di base, primarie).

Queste associazioni, o gruppi, si creano per finalità specifiche (culturali, di divertimento...) alcune con scopo di protezione e promozione della salute. Nella rete che riguarda i problemi alcolcorrelati il **club** occupa un posto essenziale e si collega con gli altri gruppi nei più svariati modi. Se si porrà in modo aperto verso la comunità esso entrerà a far parte di questa seconda rete e scambierà conoscenze su nuovi modo di crescere e maturare.

Esiste, infine, un terzo livello di *reti*, quelle *formali*: sono macroscopiche e note a tutti, sono legate a realtà istituzionali, pubbliche, sono i servizi sanitari e sociali, i comuni, le parrocchie, i sindacati, le forze dell'ordine...

Con queste realtà il **club** si confronta sempre e cerca di collaborare, talvolta con successo, talaltra con difficoltà. In ogni caso **si propone come risorsa**, fa rete con i servizi, collabora con medici, assistenti sociali, sindaci , carabinieri. Ognuno rispettando l'altro e agendo secondo le proprie competenze e modalità di azione, ma cercando strade condivise alla ricerca del benessere di tutti.

3.4

Già al **Convegno Nazionale dei Club**, tenutosi a **Trento il 28 e 29 settembre 1991**, Hudolin così precisava: "... **i Club**.... devono diventare parte attiva e importante della rete territoriale per la protezione e promozione della salute, in altri termini nella convivenza armoniosa nella comunità locale".

“Per **comunità locale** noi intendiamo una **comunità multifamiliare** al cui interno i membri interagiscono intensamente e in cui cercano di affrontare insieme i problemi comuni, e questo in specie quando si tratta di protezione e promozione della salute. **I Club** fanno parte della comunità così intesa e cooperano nei programmi comuni della comunità e come le altre organizzazioni della comunità si occupano di compiti specifici. Quando si parla della protezione e della promozione della salute **i Club** si occuperanno anzitutto dei problemi alcolcorrelati perché sono organizzati a questo scopo, perché è il problema che conoscono meglio e sul quale hanno anche ricevuto una

formazione ed un aggiornamento specifici”. (V.Hudolin, Dal club alla comunità e ritorno – atti del Convegno di Trento – ed. Centro Studi Erickson, TN,1991; pag.13)

3.5

In una realtà sociale dove tutto ci invita alla trasgressione, l’uomo e la sua sobrietà, sono legati da un intreccio di bisogni e di valori, materiali e spirituali.

Affrontare, allora, l’argomento della **sobrietà** come “**valore guida**” per il club, la famiglia e la comunità **pone la necessità di riflettere sugli stili di vita dominanti.**

A nessuno sfugge l’evidente opulenza consumistica della nostra società, oggi forse un po’ frenata dalle ben note difficoltà di far quadrare il bilancio, che invitano ad una ricerca della **sobrietà dei costumi**. C’è da augurarsi che essa non diventi una “**moda coatta**” ma sia libera scelta di modelli di comportamento.

Comunque sia, ancora si consuma freneticamente soprattutto ciò che è superfluo e strabiliante, stimolati in questo da un massiccio bombardamento mediatico e dalla accessibilità dei beni, tecnologie avanzate “in primis” (vedi telefonini con telecamera incorporata, palmari e quant’altro). E non sono da meno i modelli proposti, dalla indossatrice supermagra al protagonista decotto, ma palestrato, dell’”Isola dei famosi”, dalla star televisiva sempre giovane al ragazzo che sballa: tutti vittime, più o meno consapevoli di una società dei consumi in cui l’apparire conta più dell’essere. Poco importa se questo produce miseria e fame in 2/3 della popolazione mondiale; i nuovi, e i vecchi ricchi, e talvolta anche chi ricco non è, continuano a macinare risorse.

Se tutto questo è vero, **e lo è**, il messaggio che il **valore della sobrietà** comunica è un altro **messaggio destabilizzante.**

Ma lo è, solo se veramente risponde ad un **bisogno dell’uomo di riscoprire e valorizzare** ciò che è importante ed essenziale per la sua vita.

“In tale ottica la **sobrietà** enfatizza il significato di essenzialità, saggezza, equilibrio e diventa aspettativa e obiettivo appetibile a tutti. E’ noto peraltro che quasi sempre a **sobrietà** si associa il **concetto di misura, di moderazione**: tale significato è **incompatibile** con lo stile di vita di chi ha cessato di usare sostanze psicoattive o alcol, in quanto non può esistere moderazione nel consumo di sostanze da parte di chi ha avuto problemi a causa di esse.” (A. Baselice: Il Club e la Sobrietà, Atti del XII Congresso Nazionale AICAT – ed. M. Stagliano’, CZ; pag. 41)

Dice Hudolin:”...invece dell’**astinenza** in futuro sarebbe meglio parlare di **sobrietà**, cioè di un **comportamento positivo** che non chiede a nessuno di abbandonare ma di accettare una vita migliore”. Forse sarebbe preferibile sostituire “accettare” con “scegliere”.

Scegliere in modo consapevole e responsabile di vivere secondo un modello dinamico teso a migliorare continuamente la qualità della vita, in un percorso che Hudolin definisce”**trascendente**”.

3.6

Dagli **inizi degli anni Novanta** il Professore ha introdotto il concetto di **spiritualità antropologica**, definito come “**la cultura sociale umana basata sui valori che l’uomo ha da sempre posseduto come codice interno di regole di comportamento**”. Si potrebbe discutere la validità di questa definizione soprattutto in questo momento storico in cui la spiritualità antropologica sembra essere in crisi: oggi le regole di questo ipotetico codice interno di comportamento paiono assai poco vincolanti data la diffusione di guerre, soprusi, violenze, reati.....

Di questo non ci si deve meravigliare; se la **spiritualità antropologica** fa parte di un sistema umano, cambiando le parti del sistema anch’essa cambia. Non può allora essere considerata come un codice eterno ed immutabile, ma solo come una tendenza verso un mondo migliore che, giorno dopo giorno, può essere costruito.

In questo senso **il club** dà strumento di **iniziale sostegno per mantenere l’astinenza** diventa occasione per cambiamenti sostanziali e arricchimenti spirituali. Ciascuno sceglie di “**trascendere**”

(altro termine usato da Hudolin) dalla semplice astinenza per elaborare una filosofia di vita incentrata sui “valori della solidarietà, amicizia, amore, pace, giustizia sociale, impegno per i diritti umani fondamentali, accettazione della diversità.” (G.Guidoni: Il Club e la Sobrietà, op.cit., pag.36).

3.7

I valori sopra citati, però, non sono limitabili alla sola dimensione individuale perché per loro natura coinvolgono anche il contesto in cui ciascuno vive. Va da sé che la solidarietà, amicizia, amore... non possono esistere senza un oggetto a cui essere rivolti. Si tratta perciò di **“condividerli” con la comunità in cui si vive**, proponendoli come **scelta** che accomuna, al di là dell’uso delle sostanze.

La **“sobrietà”** diventa quindi un **messaggio alternativo** rispetto ai messaggi dominanti della società dei consumi; scegliere insieme un futuro di promozione della salute significa ipotizzare la nascita di un uomo che sa decidere di sé, del proprio destino, che si fa carico della sorte dei propri figli, che contribuisce a creare per le future generazioni un mondo senza guerre, senza discriminazioni.

Il cammino che ognuno fa **nel club**, **“se il lavoro è veramente efficace”**, porta all’**assunzione di responsabilità**, al **farsi carico**, all’ **esercitare i propri diritti e doveri**.

In altri termini ogni individuo, ogni famiglia che ha affrontato i problemi alcolcorrelati può diventare una risorsa; da una posizione marginale nella società può recuperare una centralità tale da trasmettere esempio di **“vita sobria e sana”**.

3.8

Concretamente **la testimonianza e il lavoro del Club** offrono segnali fortissimi per costruire modelli di vita accettabili, fondati su relazioni sane e positive.

Gli **strumenti** sono già preparati, talvolta collaudati: programmi di comunità, Scuole Alcolologiche Territoriali, aggiornamento, sensibilizzazione, formazione permanente, interclub, corsi, seminari... sono tutti strumenti che possono **incidere sul sistema** delle reti sopra descritte.

CONCLUSIONI

Nel corso della ricerca, soprattutto nella elaborazione delle risposte al questionario, si nota che la differenza tra astinenza e sobrietà, non sempre è chiara.

Le cause sono forse da ricercarsi nella scarsa informazione, nella disaffezione, nel mancato senso di appartenenza o anche nell'uso troppo semplicistico che del concetto di sobrietà si è fatto, dopo Hudolin, nel contesto dove la ricerca è stata effettuata.

Se il Professore infatti usa sempre il condizionale (si potrebbe, si dovrebbe...) nel proporre l'evoluzione del termine, negli anni successivi alla sua morte è diventato quasi obbligatorio sostituire astinenza con sobrietà.

Ma la “**sobrietà**”, nel metodo ideato da Hudolin, non prevede per “**l'alcolista in trattamento**” la “**moderazione nell'uso di alcool**” quindi, per come noi l'intendiamo, il suo significato appare improprio ed incompatibile.

Più appropriato appare invece, il significato che dà la lingua inglese del termine: “**SOBRIETY**”: “Comportamento che mostra un atteggiamento serio verso la vita”, dove per serio si intende: “quando una situazione è estremamente negativa o pericolosa” oppure “quando una situazione merita un'attenta considerazione”, (LOWGMAN, DICTIONARY OF CONTEMPORARY ENGLISH – ed. 1995).

Questo “**concetto di sobrietà**” appare in “**perfetta sintonia col metodo**” e ciò si può dedurre come conferma, dai rapporti di collaborazione e dagli scambi di informazione che Hudolin aveva con i “**Buoni Templari**” d'oltre manica.

Se questo è vero, “e credo che lo sia”, oltre che prenderne nota, si dovrebbe “certificarlo”.

Non intraprendere strade pericolose vuol dire, allora, fare una scelta positiva e consapevole.

Fare una “**scelta**” di per sé “**è riduttivo**”, perché questo termine è spesso usato come se il suo

significato fosse scontato o trattato in modo alquanto sbrigativo; in realtà contiene in sé, “significati profondi”.

L'alcolista in trattamento ha fatto esperienza di come la dipendenza renda difficile una determinata scelta, l'astinenza dal consumo di sostanze alcoliche, e come, da questo, consegua una limitazione di capacità decisionale, che si estende ad altre scelte.

Ma allora cosa vuol dire fare una scelta consapevole ? Una scelta consapevole a quali compromessi e conseguenze può portare ? A quali alternative si rinuncia ?

Rispondere a queste domande significa distinguere il bene dal male, il bello dal brutto, il positivo dal negativo con tutte le difficoltà che questo comporta.

Del resto il club si regge e vive con le difficoltà.

Scegliere vuol dire prendere una decisione “**qui e ora**” ma anche crearsi dell'ansia e dello stress, causati inevitabilmente dalla rinuncia ad altre possibili alternative, da dissonanze cognitive come i conflitti interni, frutto delle proprie convinzioni, o da condizionamenti esterni, dettati dalle nostre insicurezze.

Si dice che **ogni scelta** abbia un prezzo da pagare. Se non si è consapevoli di ciò, ci si può ritrovare impotenti e frustrati, oppure in preda ad illusioni ed euforiche **sicurezze “artificiali”**, tanto da fare, lo stesso effetto di una droga.

Ecco allora l'importanza della “**cultura personale e sociale**”, quella stessa cultura che ci permette di non entrare in contatto con “**elementi inquinanti**”.

Teniamo presente che la nostra capacità di scelta, cambia continuamente secondo il nostro stile di vita.

E allora fare una libera scelta, significa innescare il “**principio attivo**” che determinerà un percorso positivo di “**sobrietà**”.

Si può dire che se la “**sobrietà**” contiene in sé **l'astinenza**, la “**scelta**” contiene in sé la **rinuncia**.

Questo potrebbe spiegare “**perché**”, su alcune domande del **questionario di ricerca della sobrietà**, si risponde in modo confuso e contraddittorio (devo – posso - voglio).

Affidare invece “**la rinuncia ad una scelta**”, rende meno ansiosi e nevrotici quindi, l’importanza di conoscere per saper scegliere in maniera positiva è **determinante**.

L’approccio ecologico sociale comporta l’estensione di “**scelte**” di stili di vita sani a **tutta la comunità**, in una continua traslazione tra club e territorio.

A mio parere, la **sobrietà** come definizione, per la sua complessità e dinamica, è un insieme di elementi paragonabile all’universo, senza limiti e confini.

Abbiamo preso coscienza che questo universo è continuamente minacciato da “cattive abitudini” sociali ed ambientali, talvolta camuffate da apparenti virtù.

Se le **famiglie dei club** non conoscono “a fondo” il **valore** e il **complesso significato** della **sobrietà**, oltre che per sé, **cosa** possono trasmettere **alla comunità locale** se non qualcosa di incompleto ?

Si rende quindi importante definire in modo “**chiaro e univoco**” il concetto di “**sobrietà**”, per poterlo condividere con tutti, con meno complessità ma con un pratico buon senso, in una “**condizione esistenziale dinamica**” di ritrovato piacere e rinnovato entusiasmo, che spesso, per condizionamenti, timori o paure, **noi stessi ci neghiamo**.

Bruno Boaretto

Osservando un comportamento dalla sperduta "Sobrietà"

IL POETA D'OSTERIA

- SOGNI DI UN UOMO INFRANTI DA UNA DROGA -

E' rimasto solo...
confuso
con il rosso tramonto
al calar della sera.

In maniera consona
seduto al solito bar
viveva la sua libertà,
ingannando il silenzio
con un bicchiere di vino.

Non c'erano sguardi
non c'erano domani.

Non cercava più
l'uomo che era stato,
né la carezza
che non le ha mai dato.

S'allungano le ombre
S'accendono i bollori,
amari risvegli
per tempi migliori.

Parole al vento
gesti inconsulti,
riaffiorano i ricordi
dei tempi perduti.

Il poeta pensava
l'uomo beveva;
Il poeta sognava
l'uomo ... moriva.

Bruno B.

Verona, settembre 2005

BIBLIOGRAFIA

1. Vl. Hudolin, *Alcolismo* , Arti Grafiche Friulane, Udine, 1985.
2. Vl. Hudolin, *Manuale di Alcolologia* , Centro Studi Erickson, Trento, 1991, II[^] ed.
3. Vl. Hudolin, *Sofferenza Multidimensionale della Famiglia* , Eurocare, Padova, 1995.
4. Vi. Hudolin, P. Gosparini, G. Guidoni, N. Kohl, H. Kolstad, F. Marcomini, F. Piani, G. Pitacco, M. Sforzina, (a cura di), *Club degli Alcolisti in Trattamento* (Manuale con scritti di Vladimir Hudolin), Scuola Europea di Alcolologia e Psichiatria Ecologica, ed. italiana, Trieste, 2001.
5. R. De Stefani, R. Pancheri, (a cura di), *Dal Club alla comunità e ritorno* , Atti del Convegno di Trento, Centro Studi Erickson, Trento, 1992.
6. Centro Studi S. Francesco, *Spiritualità Antropologica per il nuovo millennio*, Atti del 1[°] Congresso di Assisi, Monselice, 1993.
7. M. Sforzina, (a cura di), *Raccolta degli Scritti di Vl. Hudolin in "Camminando Insieme" fra il 1986 e il 1996* , Arti Grafiche Friulane, Tavagnacco, Udine, 2002.
8. F. Montesano, D. Pelaia, (a cura di), *Il Club e la Sobrietà* , Atti XII[°] Congresso Nazionale A.I.C.A.T., Porto Rhoca, Squillace Lido, Catanzaro, M. Stagliano, 2003.
9. Erich Fromm, *Psicoanalisi dell'amore* , Newton e Compton, 1987.

RINGRAZIO :

- Il prof. Vladimir Hudolin che con la sua opera, condivisa e divulgata dalla collaborazione tra servizio pubblico (servizio alcologia,...) e privato (club, associazione A.C.A.T,...), mi ha permesso di individuare questo tema per poterlo sviluppare e approfondire.

Questo argomento, interessante ed educativo, stimola ad affrontare con un comportamento positivo le scelte di vita quotidiana, indipendentemente dall'alcol .

Inoltre dà la possibilità di riconoscere i propri limiti, determinati dalla posizione sociale e dalla cultura, per proteggerci dalla superficialità, dalla presunzione, dall'arroganza e dal facile moralismo;

- il servitore \ insegnante "Gimo" Carraro, per la validazione del questionario somministrato ai soci di alcuni club dell'A.C.A.T. Verona Chievo;
- il Presidente Paolo Castellani, servitori \ insegnanti., soci e aderenti dell'A.C.A.T.Verona Est, per la loro disponibilità e collaborazione nella raccolta dei dati;
- la mia famiglia (Milena,Chiara,Silvia) per la condivisione della "tesi" la segreteria e la grafica;
- "di cuore," la signora Carla Nascimbeni dell' A.C.A.T. di Udine e la sua famiglia per la grande generosità e paziente disponibilità, la ricerca dei testi da consultare, l'amicizia e l'ospitalità.

QUESTIONARIO – Ricerca Anno 2005 (Allegato)

CLUB N°.....dell'ACAT Verona Est

Data di ingresso al Club:Età:.....Sesso:..M.....F
Professione.....

Se lo ritieni opportuno, su alcune domande puoi scegliere una o più risposte.

- 1) Astinenza significa:
 - a- evitare di bere
 - b- evitare di eccedere nel bere
 - c- aver evitato di bere poco prima di.....(Es: andare al club, al lavoro, tornare a casa, fare l'amore, ecc.).....

- 2) Sobrietà significa:
 - a- evitare di bere
 - b- evitare di eccedere nel bere
 - c- aver evitato di bere poco prima di ...(Es: andare al club, al lavoro, tornare a casa, fare l'amore, ecc.).....

- 3) L'alcolista [] o familiare [] che frequenta un club:
 - a- può essere astinente
 - b- deve essere astinente
 - c- sceglie di essere astinente

- 4) Per superare il concetto di Astinenza ed avviarsi in un percorso di Sobrietà, credi che il proprio comportamento:
 - a. si debba cambiare
 - b. si voglia cambiare
 - c. si scelga di cambiare

- 5) L'alcolista [] o familiare [] che frequenta un club:
 - a- può essere sobrio
 - b- deve essere sobrio
 - c- sceglie di essere sobrio

- 6) La sobrietà è:
 - a- l'inizio di un percorso di cambiamento
 - b- un continuo percorso di cambiamento
 - c- la conclusione di un percorso di cambiamento

7) La sobrietà riguarda:

- a- l'alcolista
- b- la famiglia
- c- altro (specificare)

.....
.....

8) In quale contesto hai sentito usare per la prima volta il termine "sobrietà" anziché "astinenza":

- a. club
- b. interclub
- c. convegni/congressi
- d. non l'ho ancora sentito

9) Ritieni che la famiglia in cui vivi sia "sobria"?

- a) si
- b) no

Perché.....
.....

10) Ritieni che la comunità in cui vivi sia "sobria"?

- a) si
- b) no

Perché.....
.....

11) Ti ritieni:

- a) astinente
- b) sobrio
- c) altro (specificare)

.....
.....

12) Come si dovrebbe comportare la tua famiglia all'interno dell'associazione nei confronti:

- a. del Club
- b. dei Servitori / Insegnanti
- c. Direttivo

.....
.....
.....
.....



A.C.A.T.
VERONA EST

Piazza Frugose, 7/B – VERONA - Tel/fax 045 973322