

## **Twitter**

Benilde Mauri: RELAZIONE. L'alcol come mediatore nella relazione: una difficile danza tra il fondersi e il separarsi

## **ABSTRACT**

L'alcol nella vita di relazione dell'alcolista assolve la funzione di cuscinetto che impedisce il contatto con i conflitti e le paure: la paura della separazione e la paura di essere inghiottiti nell'intimità .

Due aspetti caratterizzano la vita di relazione dell'alcolodipendente: il primo è costituito da comportamenti che condizionano la sua vita quando ne è catturato: reazione al controllo, aspettative e pretese, tendenza al compromesso, assuefazione, pensiero magico. Dietro questi comportamenti c'è un'altra parte costituita dalle emozioni, dallo stato mentale del bambino ferito: 1)paura 2)vergogna e insicurezza, 3) bisogno e vuoto, 4) angoscia, 5) sfiducia e rabbia. L'alcolista e il partner si incontrano nello "stato mentale del bambino ferito" ciascuno vede nell'altro qualcuno che si deve prendere cura dei suoi bisogni insoddisfatti o qualcuno che potrebbe fargli male. la soluzione di "tagliar via" la coscienza per non soffrire attuata dall'alcolista affonda le sue radici nelle modalità relazionali difensive proprie dell'ambiente familiare nel quale egli era/è immerso

## **RELAZIONE**

Il rapporto che il soggetto alcolista stabilisce con l'alcol ha tutte le caratteristiche di una relazione affettiva in cui conoscenza, innamoramento, passione, dipendenza, conflitto amore-odio, separazione sono fasi che si verificano nel continuum della storia.

L'alcol nel vissuto del soggetto dipendente viene personificato: è l'amante appassionato, il compagno che annulla la sensazione di solitudine, l'amico che sostiene e dà forza, il nemico che distrugge il corpo e la mente. E' un "tu" che esige ed offre un rapporto esclusivo. Il "suo alcol" più di ogni altro "tu" consente all'alcolista di realizzare la simbiosi, il completo annullamento dei confini, il ritorno ad uno stato mentale di

totale fusione entro il quale si “ingoia” e si è “ingoiati” e tutto esiste in funzione di un “me” indifferenziato.

L'alcol diventa il “mediatore” che corregge, definisce le relazioni che l'alcolista stabilisce con se stesso e con gli altri; ne determina la modalità, i confini e i vissuti. E' elemento di fusione e paradossalmente di difesa, che funziona da schermo protettivo creando una “distanza artificiale” dalle emozioni.

L'alcolista è un “disabile affettivo” non ha alcuna nozione del domani, è immerso in un presente, nella relazione non sopporta di aspettare né di essere contrariato, non sa posporre la gratificazione e il piacere a un altro momento, non ha uno spazio dentro di sé in cui contenere il dolore o la frustrazione, il suo può essere definito “lo spazio mentale del bambino ferito”. In questo stato mentale egli è incapace di stare con ciò che c'è, di essere presente e contenere l'esperienza, è diffidente e molto insicuro, dominato dalla paura che lo rende impulsivo, reattivo e costantemente inquieto. La mancanza di riconoscimento, di comprensione, di “spazio” per contenere le paure, i bisogni e i comportamenti genera infelicità e problemi nel relazionarsi sia con l'esterno, sia con il proprio stato mentale.

La sua vita di relazione è povera, incentrata su vissuti di impotenza che vengono negati attraverso un atteggiamento di onnipotenza o una aggressiva affermazione del proprio potere e dominio attraverso la prepotenza. La relazione di coppia formata dall'alcolista con il partner co-dipendente definito da AA “alcolista asciutto”, è determinata e alimentata dall'incastro dei reciproci bisogni, ricalca la modalità di rapporto madre/figlio e si stabilisce e si regge sull'assunto di base: “Chi aiuta chi”. Il partner dell'alcolista è un “dipendente affettivo” ma il suo modo di richiedere amore consiste nel dimenticare se stesso, nell'iperproteggere, nel giustificare l'altro. All'interno della relazione di coppia l'alcolista assume il ruolo di “poppante” impersonando tutti gli aspetti regressivi infantili mentre il partner altrettanto avido, ma rigidamente impegnato nel negare questa avidità e nel far vivere in sé tutti gli aspetti progressivi di

indipendenza rimane confinato nel ruolo di partner maternizzante diventando “la madre della famiglia” responsabile, premuroso verso l’alcolista e verso i figli. Questa modalità di relazione, attuata per colmare il comune vissuto di vuoto affettivo, affrontare le paure senza elaborarle, fa sì che si ricrei nella coppia il legame simbiotico vissuto nei primi anni con la madre. L’alcolista si serve dell’alcol per anesteticizzare, la sua insaziabile fame o “sete” d’amore ed esaspera l’atteggiamento richiedente in modo sempre più pretenzioso bloccando contemporaneamente i sentimenti e le emozioni di sofferenza, vergogna, colpa, impotenza prima che si manifestino e coprendoli con una euforia paradisiaca. Il partner co-dipendente che non può permettersi di contattare la propria vulnerabilità e si sente soffocato dalle continue richieste volte a colmare un enorme vuoto affettivo che mai si colma. Sta piegato in due dal dolore, un dolore che solo la collera può lenire. Completamente impegnato nel compito di “amare l’altro” a scapito di se stesso non riesce a rendersi consapevole che è anch’egli schiavo della propria dipendenza affettiva che lo induce a rispondere in modo rigido e ripetitivo. Entrambi nella relazione cercano di evitare l’intimità che li porterebbe a tu per tu con la terrificante paura della perdita e di essere respinti e li metterebbe contemporaneamente faccia a faccia con la contrapposta paura che se si aprono si perderanno nell’altra persona. All’interno di questo gioco collusivo ognuno mette in atto tutte le strategie di manipolazione uomo/bambino che supplica, implora, elemosina l’amore fino a trasformarsi in molto esigente che in preda alla furia rimprovera, respinge, e disprezza colui che crede di amare tanto.

Alla base dell’assuefazione il “bambino ferito” che è in entrambi ha due atteggiamenti: estremo autocontrollo, iperprotezione o punizione (quello che impersona il codipendente) o estrema autoindulgenza (quello che impersona l’alcolista e che il partner codipendente giudica). Per alleviare l’ansia e la tensione ognuno impersona uno di questi estremi. Dietro il comportamento ripetitivo la compulsione e l’assuefazione ci sono frenesia, vergogna, colpa e paura. L’assuefazione è un comportamento inconscio e

ripetitivo che anestetizza l'ansia, le paure, il disagio e il dolore. E' ossessiva e frenetica. Il dipendente da alcol o da sostanze così come il partner dipendente affettivo deve confrontarsi con un "Buco interiore" una sensazione di vuoto in relazione ad uno spazio del suo essere che non è stato nutrito e quindi non si è sviluppato. Egli è continuamente spinto dal bisogno di riempire questo vuoto cerca affamato qualcuno o qualcosa che li riempia. Fa paura ed è doloroso sentire il vuoto quindi si è indotti da un irrinunciabile bisogno a fare tutto il possibile per riempirlo: gente cose, droghe, alcol e qualsiasi altra cosa che dall'esterno possa dare sollievo dall'ansia di sentire il buco o dalla difficoltà, l'insicurezza e la paura che scaturisce dalla disabilità nel sentire, riconoscere e gestire le emozioni. Un altro elemento fondamentale che permea la vita di relazione dell'alcolista con se stesso e con gli altri è il senso di colpa e inadeguatezza per aver fatto o detto la cosa sbagliata, o per la sofferenza o i danni che il suo comportamento provoca nelle persone a lui vicine. A livello archetipico compare la figura interiore dell'istigatore-giudice, un voce interna che condanna e critica tutto e tutti e determina aspettative di un "ideale di se" difficile da raggiungere che genera la voglia di scappare. L'alcolista e il codipendente fanno fronte all'attacco mettendo in atto compensazioni e assuefazioni. Le compensazioni sono strategie e ruoli che aiutano il partner dell'alcolista a sentirsi degno agli occhi dell'istigatore giudice. Le assuefazioni sono ciò che il dipendente da alcol fa per ottenere sollievo dalla tensione creata dalla pressione e dalle critiche. Il senso di colpa e inadeguatezza si fa sentire in modo marcato nel momento in cui l'alcolista affronta il processo di separazione dall'alcol si trova a dover elaborare il lutto delle occasioni perse, della vita non vissuta. Deve superare la difficoltà di riallacciare i fili tra ciò che era prima della dipendenza alcolica l'immagine di se che percepisce nel momento attuale.

## Dinamiche relazionali

Riguardo al secondo livello le **dinamiche relazionali**, si è potuta osservare, nel qui ed ora, la ripetizione dei modelli disfunzionali interiorizzati nell'infanzia sia nella scelta del partner e nelle modalità relazionali che il paziente alcolista mantiene con la famiglia costituita in età adulta e nel contesto sociale

In particolare, il modello di comunicazione di base nelle famiglie con un membro alcol-dipendente appare caratterizzato da **invischiamento e fusione**, la struttura sistemica appare rigida, caratterizzata da confusione di ruoli e confini.

Seguendole nel percorso evolutivo verso il cambiamento del comportamento alcolico in uno dei membri si è potuta constatare una regolarità dei modelli interattivi che seguono tappe evolutive o fasi che vanno dalla inconsapevolezza del problema, alla presa di coscienza, alla messa in atto di strategie che portano infine all'uscita.

- Percezione di inadeguatezza: conflitto tra l'immagine di sé fortemente idealizzata e la "insoddisfazione" per la propria realizzazione personale
- Autoattribuzione di connotati negativi e svalutanti: forte desiderio di fuggire la realtà
- Povertà di relazioni interpersonali
- difficoltà ad asserire le proprie idee senza litigare: DOMINIO/SOTTOMISSIONE