

A cura della Dott.ssa Maria Antonella Quatraro-Psicologa Psicoterapeuta

LE DIPENDENZE INVISIBILI: CHE FARE?



Quante volte abbiamo sentito la frase “non bisogna dipendere da nessuno!”, “non devi dipendere da niente e da nessuno!”.

Nel nostro immaginario, la parola DIPENDENZA sembra evocare immediatamente una sorta di voragine emotiva, una catena relazionale, che può investire una carrellata d'immagini legate a oggetti e situazioni, dalle sostanze psicotrope quali alcool, cocaina, eroina..., cibo, a tutti quegli oggetti che definiscono le nuove dipendenze, quali **lavoro, shopping, gioco d'azzardo patologico, sesso, tecnologia...**

La radice legata alle dipendenze tradizionali (alcool, droghe...) e alle nuove dipendenze è sempre la stessa: AUTODISTRUTTIVA e la conseguenza di una compulsione che al momento garantisce assuefazione e che poi ci riporta a ruotare nella gigante ruota del criceto che corre...corre , quella ruota senza uscita che rappresenta il vuoto incolmabile della nostra esistenza.

Il vero problema di queste patologie correlate al denaro è come riempire l'esistenza, laddove senza queste dipendenze la vita sembra essere priva di significato. L'uomo moderno, infatti, sembra fortemente pressato dalle dipendenze e appare massicciamente dominato dalle prevalenti economie contemporanee che ne stabiliscono il ruolo sociale, lo stile di vita e spesso può trovare in queste dipendenze una via di fuga da una realtà insostenibile e soprattutto, come nel caso del gioco d'azzardo patologico, la possibilità di facili e immediati guadagni.

La “dipendenza”, strettamente collegata al mercato sociale, viaggia silente e se non viene diagnosticata in tempo, irrompe nella vita dell'individuo creando, come spesso accade, un disagio psicologico, problemi e conflitti familiari o anche disastrose conseguenze economiche. Esiste dunque una zona a rischio nella vita quotidiana, in cui ogni persona deve fare i conti con i valori personali, con le regole dettate dalla moda e dalla pubblicità per cercare e mantenere nel tempo quel particolare equilibrio in grado di preservarla dagli eccessi e dalle dipendenze. E' anche difficile, per questi soggetti, cercare aiuto e soprattutto chiederlo, in quanto possono considerare i propri comportamenti un vizio o una debolezza di carattere; per questo motivo è fondamentale suggerire alle persone “dipendenti” a chiedere aiuto, superando il primo passo fondamentale per intraprendere un sano percorso di cambiamento e superare la barriera della “negazione stessa”.

In che modo si riesce a gestire la dipendenza e in che termini influenza e gestisce in maniera totalizzante la nostra vita? In che termini si può parlare di dipendenza in una società caratterizzata dalla crisi economica e dalla mancanza di lavoro?

Come possiamo difenderci da tutto questo?