

# Adolescenti e droghe

di Vania Crippa

## I segnali da non sottovalutare

È stato un fulmine a ciel sereno: non avremmo mai immaginato che nostro figlio facesse uso di ecstasy". "Una notte ci ha confessato tutto: prende smart drugs". "È dipendente dall'alcol, ma noi non ce ne siamo mai accorti prima, ha solo 14 anni...". È naturale pensare che ai propri ragazzi non possa accadere mai niente. E, quando una notizia simile arriva tra le pareti domestiche, è uno shock. Eppure i dati mettono in guardia i genitori: secondo la Società italiana di Pediatria, circa un adolescente su tre fuma sigarette e l'8% dichiara di farsi le canne. Percentuale certamente sottostimata, se si considera che il 37% ammette di avere amici che fumano cannabis. E un'altra ricerca nazionale effettuata dalla Provincia di Milano sottolinea l'esistenza di un "baby sballo": l'approccio agli stupefacenti avverrebbe infatti tra gli 11 e i 13 anni. Fondamentale, quindi, se si vuole proteggere i propri figli dal pericolo, intervenire alle prime avvisaglie. Ma come riconoscerle?

### Osservare i cambiamenti

"I disagi degli adolescenti non sono fulmini a ciel sereno", precisa Paola Schiavi, psicoterapeuta presso il Serd di Legnago (Vr) e autrice di *Solo un momento. Adolescenti e droghe* (Edizioni La Meridiana). "I ragazzi mandano segnali precisi, seppur a volte impercettibili agli occhi dei genitori". Segnali che, se colti sul nascere e interpretati in modo corretto, potrebbero dare modo di contrastare eventuali dipendenze. Ma quali sono questi segni premonitori? "Al di là dei puri sintomi fisici quali sguardo assente, occhi rossi e stanchezza, si registrano cambiamenti di umore repentini, improvvise chiusure, scoppi d'ira ingustificati e perdita di interesse per la vita", risponde Angela Ganci, psicologa e psicoterapeuta a Palermo. "Attenzione, però, a non trasformarsi in detective per ogni minima variazione del comportamento dei propri figli", aggiunge l'esperta. "L'adolescenza è un'età di passaggio, fatta di slanci e di ritirate. I ragazzi, a questa età, sono alla ricerca di un equilibrio tra il desiderio di prendere il volo e il bisogno di essere ancora sostenuti e accolti".

L'approccio agli stupefacenti avviene già tra gli 11 e i 13 anni. Fondamentale, se si vuole proteggere i propri figli dal pericolo, intervenire alle prime avvisaglie. Analisi e consigli

### Tenere alta l'attenzione

A volte, se i genitori si ostinano a non vedere il loro malessere, i ragazzi lasciano per casa tracce più evidenti: cartine per confezionare le canne, mozziconi di sigaretta, maglie impregnate di fumo, soldi di dubbia provenienza. "L'altra sera mia figlia è tornata a casa ubriaca", racconta Asia, 55 anni, madre di Gaia, 15. "E non è la

prima volta che si presenta in questo stato. Sono confusa...". Cosa dovrebbe fare Asia? "Intervenire subito", commenta Schiavi: "Una leggera sbornia può essere tollerata al massimo una volta, in occasione di una festa particolare, ma se si ripete deve indurre l'adulto ad avere un comportamento intransigente. Se gli adolescenti non trovano limiti e contenimento alle proprie

**Coltivare la relazione**  
 "Per non diventare 'ciechi', occorre investire sulla relazione fin da quando i figli sono piccoli", prosegue Schiavi. "Si tratta di un processo costoso dal punto di vista delle energie e del tempo, ma necessario per costruire un rapporto di empatia". Per questo, è necessario educarli a dare un nome alle emozioni, ai bisogni e fare apprendere loro un sistema



*L'adolescenza è un'età di passaggio, fatta di slanci e ritirate. Gli adulti devono essere sempre pronti all'ascolto*

ansie e insicurezze, arrivano a ricercare un equilibrio e trarre un apparente sollievo nelle sostanze". In quali casi occorre preoccuparsi veramente? "Il livello di attenzione va tenuto sempre alto", afferma Ganci. "Sapere chi frequentano i propri ragazzi, dove vanno, quali interessi coltivano e monitorare il rendimento scolastico è buona e ordinaria amministrazione".

di regole. E chi non c'è riuscito e si trova davanti un ragazzino che erige un muro invalicabile? "La relazione con i figli è come un'aquilone", risponde l'esperta, "Si può sempre aggiustare. Il segreto è regolare di volta in volta il filo, in modo che non si perda o non cada per terra". ■

## Cosa dire, cosa fare

*Gli atteggiamenti da tenere per prevenire e curare, suggeriti dalle psicologhe Angela Ganci e Paola Schiavi*

- ▶ **Giocare d'anticipo.** Parlare di droghe ai figli adolescenti (16-17 anni) potrebbe essere tardi. A quell'età il gruppo conta più della famiglia e i discorsi dei genitori cadono facilmente nel vuoto. Iniziate tra i 10 e i 14 anni, quando i ragazzi sono ancora fortemente ancorati a voi.
- ▶ **Essere chiari.** Il "no" alla droga deve essere fermo, senza dubbi e distinzioni tra sostanze leggere e pesanti. Un atteggiamento più tollerante potrebbe essere male interpretato.
- ▶ **Controllare le proprie paure.** L'ansia dei genitori è naturale e legata alla crescita dei figli. Ma va tenuta a bada. Evitate di controllarli di continuo, con sms o telefonate, per non innescare atteggiamenti di ripicca. Occorre essere informati, ma discreti.
- ▶ **Istaurare una comunicazione autentica.** Siate disponibili, pronti all'ascolto, evitando atteggiamenti di condanna ("Mi hai deluso", "Sei un incapace") o ricattatori ("Se smetti ti compro il motorino nuovo"). Un ragazzo in difficoltà ha bisogno di essere compreso, non di sentirsi abbandonato o messo all'indice.
- ▶ **Chiedere aiuto.** Senza paura o vergogna. Trovate un'intesa con la scuola (il luogo dove i nostri figli passano gran parte del loro tempo) o rivolgetevi ai centri specializzati, alla parrocchia...

### **P** da leggere

■ **Vuoi trasgredire? Non farti!**  
 di Giorgia Benusiglio e Renzo Agasso  
 La testimonianza di una ragazza che ha rischiato di perdere la vita per mezza pasticca d'ecstasy  
 San Paolo – pagg. 134, 13 euro

riparliamone su  
[www.psychologies.it](http://www.psychologies.it)

■ **Raccontaci la tua esperienza**  
 E tu? Come parli di droga ai tuoi figli? Partecipa al nostro Forum