

La mia famiglia dipendente ...e come infrangere il tabù

Michel Sutter

Sono stato colpito due volte, per così dire. Sia mio madre che mio padre avevano un problema di alcolismo. Non appena sono stato in grado di andare in bicicletta da solo e senza rotelle, sono stato usato per procurar loro delle sostanze. All'inizio erano due bottiglie di birra e due pacchetti di sigarette. Più crescevo, più le comande dei genitori aumentavano. Mi vergognavo sempre, sia nel negozio di paese che nel ristorante Sonne, dove spesso erano presenti i vicini o i colleghi di mio padre.

Eravamo in due. Ho un fratello maggiore. La sua vita è diversa, difficile. Ma qui riporterò principalmente le mie esperienze personali.

Dall'inizio, la paura di una fine sanguinosa della nostra famiglia mi ha perseguitato. Quando mio padre tentò il suicidio per la prima volta, avevo quattro anni e non capivo cosa fosse successo. Ho solo capito che doveva essere qualcosa di molto brutto. La vicenda è stata messa sotto il tappeto. È vero che la polizia, gli impiegati comunali e i militari erano coinvolti nella questione, perché mio padre aveva usato il suo fucile d'assalto dell'esercito. Ciononostante, questo fucile è rimasto nello stesso posto nella cantina della nostra grande casa fino alla sua uscita dall'esercito e, per quanto ne so, ancora in seguito. Il fucile in cantina, uno dei miei tanti traumi latenti. Ad un certo punto l'arma deve essere scomparsa, perché per il suo secondo tentativo di suicidio, questa volta riuscito, mio padre ha usato il fucile d'assalto di mio fratello. Con un caricatore da quattro colpi. All'epoca avevo 20 anni.

La priorità assoluta nella nostra famiglia: i vicini non devono sapere nulla

I miei genitori avevano dei problemi psichici. Alcolisti. Il più delle volte, il bere, la violenza e i tentativi di suicidio di mia madre - a volte delle richieste d'aiuto, a volte veri e propri tentativi di farla finita - avvenivano a porte chiuse. Ogni tanto qualcosa trapelava, diventava visibile. L'ambulanza davanti alla porta, l'auto ammaccata dopo il giro al bar, dove noi bambini aspettavamo nel parco giochi, prima pazientemente, poi disperatamente.

Io e mio fratello non stavamo insieme. I colpi ricevuti raramente lasciavano segni visibili. Mia madre sapeva cosa fare. Mio fratello è stato sottoposto a esami medici e neurologici ed è stato visto dallo psicologo della scuola a causa del suo comportamento in classe. Ma nessuno ha mai toccato il nostro sistema familiare. I parenti stretti lo sapevano; ci hanno accolto quando siamo dovuti scappare. Non sono mai andati dalle autorità. Oggi so che si sono sentiti sopraffatti.

Io ero un raggio di sole, mi sono adattato molto facilmente. Era l'unico modo per sopravvivere senza affondare psicologicamente. Ero sempre rivolto all'esterno, sapevo chi si aspettava cosa da me e come dovevo comportarmi per essere apprezzato e per essere lasciato in vita. Solo una volta, poco prima che mi dicessi che la paura mi avrebbe fatto impazzire, mi sono confidato con uno studente di teologia che stava facendo uno stage nella nostra parrocchia. L'avevo incontrato per caso per strada e avevo visto un segno. Gli ho raccontato la mia sofferenza. Mi ha augurato buona fortuna e forza. Le nostre strade si separavano. Anche lui era probabilmente sopraffatto.

Una volta, quando ero già al liceo, ho falsificato una pagella. In quel momento ero come morto. Mi sembrava l'unico modo per arrivare almeno alla prossima pagella. Naturalmente, l'inganno fu scoperto. Sono sopravvissuto, praticamente illeso fisicamente, ma traumatizzato ancora una volta. Gli insegnanti e i miei genitori erano arrabbiati, non riuscivano a spiegare il mio comportamento. A casa sono stato punito come non mai. La questione è stata messa sotto il tappeto, la pagella ristampata. Quando qualcosa non poteva essere spiegato, veniva trattato come se non fosse

successo nulla. L'insegnante non mi ha mai fatto domande, non è mai tornato sull'argomento.

Oggi mi sono riconciliato con il mio passato, che mi ha spinto alla dipendenza. Ho trovato nell'alcol qualcosa che mi liberava dalla mia paura latente della morte. Bevendo, ho potuto controllare per un certo tempo la mia tensione interiore. Più tardi ho preso anche delle droghe, e a un certo punto sono passato alle iniezioni per staccarmi ancora di più da me stesso e lasciare che i traumi fossero traumi. Tutto questo è dietro di me. Dopo innumerevoli disintossicazioni, soggiorni in cliniche e prigioni, e lunghe terapie, sono ancora in vita, e vivo bene!

Quello che vorrei suggerire ai professionisti

I bambini provenienti da famiglie disfunzionali hanno quasi certamente tutti, senza eccezione, un problema di fiducia. Nonostante questo, o proprio per questo, un bambino che sembra soffrire ha bisogno di una persona di fiducia (insegnante, assistente sociale). Ricordate, tuttavia, che nell'interazione tra il bambino e l'adulto, simpatia e antipatia giocano un ruolo. Ci deve essere una sorta di alchimia. A volte è necessaria una certa distanza affinché il bambino possa raccontare la storia senza preoccuparsi. L'insegnante di un'altra classe può anche diventare la persona di fiducia e andare con cautela verso il bambino. All'epoca, mi mancava di avere qualcuno con cui confidarmi. Se avessi potuto parlare apertamente della mia situazione con qualcuno quando avevo 5, 8 o 14 anni, forse avrei capito che non dovevo sopportare la responsabilità di salvare i miei genitori e la mia famiglia. L'ho riconosciuto e capito veramente solo trent'anni dopo.

Ci sono gruppi di protezione dei bambini e consultazioni interdisciplinari. Usate queste offerte quando un bambino si comporta in modo strano e persistente, quando ha reazioni imprevedibili. La disperazione, il sovraccarico di lavoro e i conflitti di lealtà possono essere riconosciuti prestando attenzione. È raro che il problema sia solo del bambino. Questo avrebbe dovuto essere evidente nel caso di mio fratello. Non si tratta di puntare il dito, ma solo di assumersi la responsabilità.

Fatti aiutare, fatti consigliare. Supera il tuo orgoglio quando ti scontri con i tuoi limiti o li hai superati. Essere sopraffatti non è una vergogna, purché lo si ammetta e si cerchi aiuto. Proteggere un bambino significa far brillare una luce nell'oscurità dei sistemi familiari, con attenzione, strategicamente. Il bambino deve essere protetto. Se si confidano con te, consideralo un dono, non un peso. Sii tattico, evita di fare le cose di fretta. Pensate a possibili ritorsioni da parte dei genitori nei confronti del bambino se diventa chiaro che lui o lei ha cercato aiuto. Soprattutto, sii attento, vigile, osserva e aspetta, ma non troppo a lungo.

A scuola, create una casella di posta elettronica anonima dove gli studenti possono pubblicare le loro preoccupazioni. Parlate in classe delle dinamiche familiari, la dipendenza, le responsabilità, ciò che è giusto e ciò che è sbagliato.

A volte le autorità di protezione dell'infanzia vengono criticate. In passato, non esistevano. Nelle zone rurali, erano il macellaio, il lattaio o il veterinario a decidere i destini delle famiglie. Erano le autorità di tutela. Quei giorni sono passati, grazie a Dio.

Per me, è difficile sentire frasi come "sono rimasto lontano perché non volevo fare un errore". Il limite è sottile fra questa attitudine e l'omissione di soccorso. Riconoscete la sofferenza di un bambino, una supplica, un segnale non verbale. Ascoltate. Pensate a ciò che avete percepito, anche se è solo un falso allarme. È meglio offrire sostegno una volta di troppo che non abbastanza.