

## L'alcolismo di mia madre... e di come me ne sono liberata

### Testimonianza di Aline

I miei genitori hanno divorziato quando avevo cinque anni, probabilmente anche a causa dell'alcolismo di mia mamma. Stranamente, la mia custodia è stata affidata a mia madre. Mio padre non ha parlato del problema di dipendenza di mia madre durante la procedura di divorzio. Probabilmente un modo per «salvare capra e cavoli», un segnale di una certa inconsapevolezza e di fuga da parte sua poiché, pur essendo presente (fisicamente ed economicamente), si è rapidamente rifatto una nuova vita in cui per me non c'era veramente spazio.

È difficile stabilire una cronologia esatta degli eventi, ma ho l'impressione che la dipendenza dall'alcol di mia madre fosse gestibile fino a quando avevo una decina d'anni, mentre dopo le cose sono peggiorate. Beveva sempre di più, a casa, di nascosto. I problemi non hanno tardato ad arrivare. Mi ricordo di quel periodo come un abisso di tristezza e di solitudine. Ho dovuto fare da genitore a mia madre, passavo il mio tempo a rimediare alle stupidaggini che combinava. Mi chiedeva di continuo di aiutarla e di andarle a comprare dell'alcol. Mi faceva spesso vergognare in pubblico e, dato che vivevamo in un paesino, chiaramente «tutti sapevano». Sovente malata e assente dal lavoro, ha perso diversi impieghi e accumulato debiti fino a non pagare più l'affitto, il che l'ha infine costretta a rivolgersi ai servizi sociali. Ora che sono adulta, il mio sguardo su quel periodo, e in particolare sugli adulti che mi circondavano, è impietoso. Pochissimi si sono preoccupati della situazione che stavo vivendo. Ero brava, andavo molto bene a scuola, allora «perché preoccuparsi»? Mia madre ha avuto forti problemi di alcolismo dalla mia preadolescenza a quando sono diventata maggiorenne. Crescendo, mi sono fatta delle amiche con cui ho potuto condividere la mia esperienza. Riuscire a confidarmi con loro per me è stata una liberazione. Con il passare degli anni, ho passato sempre meno tempo a casa, poi mi sono iscritta all'università e sono andata a vivere da sola in un monolocale: che incredibile sollievo! Ma anche un grande cambiamento. Mi sono infatti nuovamente ritrovata sola, dato che le mie amiche strette non

erano venute con me. Ho difficoltà a conoscere persone nuove e inoltre, per la prima volta nella mia vita, ho dovuto faticare per prendere buoni voti. Per giunta, quando tornavo a casa il fine settimana trovavo mia madre in condizioni terribili. A un certo punto, ho avuto un crollo e mi sono infine rivolta a un centro di consulenza sulle dipendenze, dove per la prima volta qualcuno si è preso cura della mia co-dipendenza. Si è trattato di un punto di svolta della mia vita, poiché è stata la prima persona a dirmi che non mi toccava subire tutto questo (quando avevo ormai già 18 anni) e che sarei stata in grado di gestire il rapporto con mia madre. Avevo il diritto di non vederla se stava male e non ero responsabile per lei. Ciò mi ha cambiato la vita. Poco tempo dopo ho incontrato la persona con cui sto tuttora insieme. Mi sono costruita una vita a una certa distanza da mia madre, che vado a trovare ogni due settimane. Sorprendentemente, il periodo in cui ho detto «basta» e mi sono rifiutata di vederla per settimane se non mesi è coinciso con una presa di coscienza da parte di mia madre, che ha iniziato a farsi curare seriamente. Da allora la sua dipendenza è sotto controllo, è tuttora presente ma pone meno problemi. La nostra relazione ora è più serena, anche se non sarà mai un tipico rapporto madre-figlia poiché, malgrado il miglioramento della sua situazione, sono sempre io quella più adulta e indipendente.

### **Non restate indifferenti!**

Vorrei concludere con un appello agli adulti che conoscono bambini che vivono in una famiglia in cui uno o entrambi i genitori soffrono di dipendenze. Non restate indifferenti, non ditevi «potrebbe andare peggio». Chi è al corrente di situazioni del genere deve rivolgersi a degli specialisti per capire cosa si può fare. Occorre anche ricordare che «segnalare» questo tipo di problema non metterà per forza in moto un'enorme macchina amministrativa che spezzerà la famiglia e affiderà i bambini a un istituto. Ciò permetterà piuttosto di offrire un po' di sostegno a chi ne ha bisogno. Durante la mia infanzia e adolescenza, da fuori sembrava che le cose non andassero troppo male, ma in realtà mi capitava continuamente di sperare di non svegliarmi la mattina affinché tutto ciò finisse. E anche se ora, a diversi anni di distanza, riesco a cogliere anche degli aspetti positivi nella mia esperienza, come ad esempio l'aver sviluppato una spiccata indipendenza e un carattere poco timoroso del giudizio altrui, avrei sicuramente preferito non vivere un'infanzia del genere, che mi ha reso estremamente diffidente nei confronti degli altri in generale e ha incrinato la fiducia in me stessa.