



Novità editoriale

Tabagismo: modelli e guida alla conduzione di gruppi

Presentazione dell'autore Biagio Tinghino

I trattamenti di gruppo hanno alle spalle una storia lunga. Come succede spesso, il primo bisogno dei clinici che sperimentarono questo approccio fu eminentemente pratico. Avevano semplicemente necessità di risparmiare tempo, riunendo i pazienti nello stesso luogo per permettere in tal modo l'accesso alle cure a più persone. Stiamo parlando, per fare riferimento ai pionieri più direttamente correlati con la moderna medicina, del 1907, quando Pratt riuniva i suoi pazienti tubercolotici per dare loro informazioni sulla malattia, rispondere alle domande, spiegare come curarsi. Da allora l'idea di curare in gruppo si è evoluta, è stata sottoposta ad interpretazioni sociologiche, approcci psicometrici, è stata ripresa dagli psicoanalisti e d'è stata attraversata dalle influenze dello psicodramma. Il gruppo è diventato il terreno di esperienza delle psicoterapie umanistiche e degli interventi di auto-aiuto. Ma alla fine resta uno dei setting più naturali in cui l'essere umano si rivela: la relazione con gli altri, che rappresenta il teatro in cui si agisce il funzionamento patologico e allo stesso tempo il luogo in cui può iniziare la guarigione delle ferite interiori e delle dipendenze, come nel caso del tabagismo.

Tutto ciò per dire che esistono diversi modi di usare il gruppo per curare o per aiutare le persone a stare meglio. La dipendenza da tabacco è uno di quegli ambiti in cui questo approccio è più efficace. Dopo l'esperienza dei gruppi in alcologia, intorno al 1964 negli Stati Uniti furono messi a punto incontri per smettere di fumare attraverso un programma (Five-Day-Plan) che ha influenzato per decenni il trattamento del tabagismo. Si trattava di incontri "aperti" (delle vere e proprie conferenze frontali) nei quali un conduttore "esperto" (non necessariamente un professionista) aiutava i presenti a smettere, convincendoli dei danni prodotti dalle sigarette, facendoli impegnare sulla promessa di "gettar via il pacchetto" e sostenendoli per i primi giorni di astinenza.

Da allora l'approccio è mutato radicalmente, grazie al divenire della ricerca scientifica e al mutamento di paradigma culturale che è intervenuto nel campo delle addiction. Il tabagismo è oggi classificato tra le dipendenze, quindi tra le malattie, e ne viene ampiamente riconosciuto il substrato neurochimico che permette alla nicotina di "legare" il paziente al suo comportamento. Sono stati sviluppati

farmaci specifici, capaci di dare sollievo all'astinenza da tabacco e moltiplicare le possibilità di successo dei trattamenti. Ma soprattutto ci si è diretti in modo inequivocabile verso il concetto di "trattamento multidisciplinare integrato", che viene praticato ormai nei servizi pubblici per le dipendenze.

È il modo di procedere della storia: dapprima sono i movimenti spontanei ad accorgersi dei problemi e sperimentare i percorsi innovativi. Poi se ne fa carico il volontariato e infine ne prende atto l'istituzione pubblica.

Nella nostra realtà coesistono tutti gli approcci di gruppo che fanno riferimento a queste esperienze: quelli di auto-mutuo-aiuto, i nuovi modelli del Five-day-plan, i più recenti "Gruppi integrati" ad approccio multidisciplinare. Ciascuno di essi conserva delle peculiarità e dei riferimenti di coerenza interna che lo rendono comunque efficace. Nel presente lavoro, che si è avvalso della collaborazione di psicologi, psicoterapeuti, conduttori di gruppo, ma anche di farmacologi e neuroscienziati, sono esposti tutti i modelli, anche se quello più estesamente trattato fa riferimento all'approccio multidisciplinare.

Questo libro, che si avvale anche dei contributi di Cristian Chiamulera, Francesca Zucchetta, Massimo Baraldo e Raffaella Caneparo, non è un testo esaustivo e soprattutto non si può sostituire ad un percorso formativo completo, al training clinico. Forse, più semplicemente, può essere considerato una "finestra" sul panorama affascinante della conduzione dei gruppi, un "invito" ad un modo di lavorare straordinariamente ricco ed arricchente, per i pazienti e per i conduttori.

Biagio Tinghino, medico con specializzazioni di area internistica, si occupa di conduzione di gruppi per il tabagismo dal 1986. Ha contribuito alla creazione di un modello di Minimal Advice con approccio motivazionale nel campo del tabagismo e degli stili di vita. Presidente della Società Italiana di Tabaccologia, dirige la III Unità Operativa del Dipartimento Dipendenze della ASL di Monza e Brianza.

Tabagismo - Modelli e guida alla conduzione di gruppi.
Seed Editore - Italia 2014. Pagine 136. € 18,00.

