



# Tre anni di Recovery College

---

1° ASSEMBLEA DEL RECOVERY COLLEGE

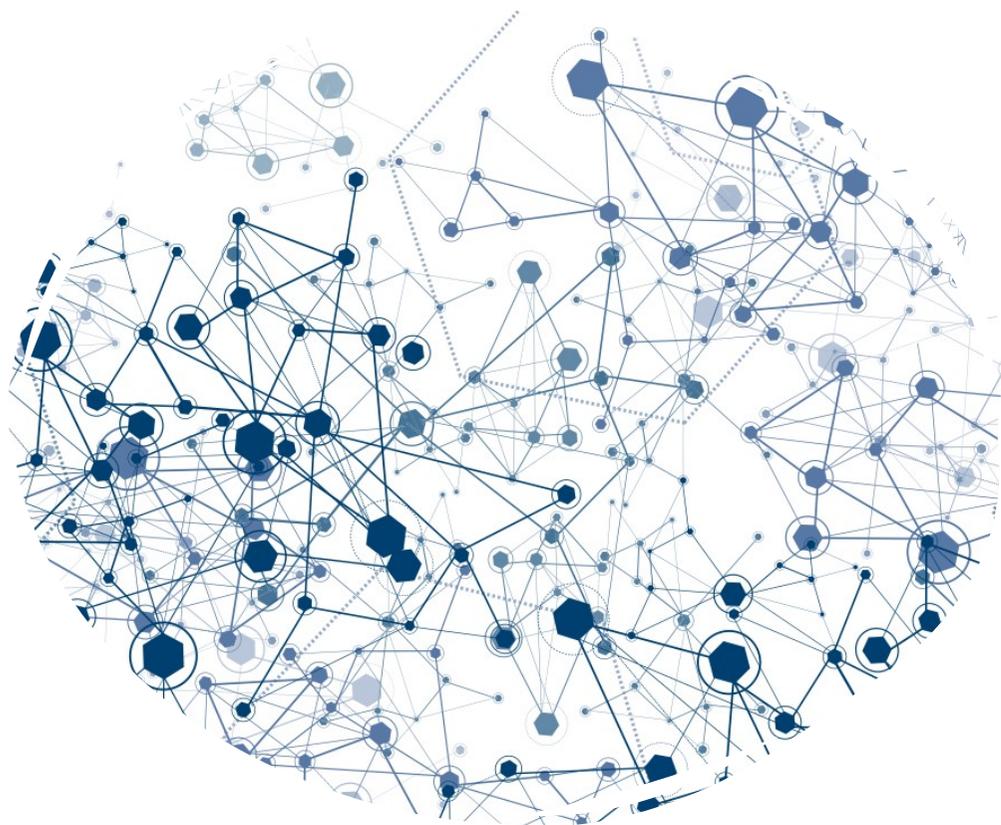
13 DICEMBRE 2022



# I PASSI

---

- La Fondazione Casa dell'Ospitalità inizia la ricerca
- Trieste, Trento e Brescia
- Recovery College



# GRUPPO DI LAVORO

---

- Appartenenze
  - Fondazione Casa dell'Ospitalità
  - Asl To4
  - Officina H
  - Associazione Più Diritti
  - Cooperativa Arte della Cura
  - Cittadini volontari



**12-13 dicembre 2019**  
**Approccio del 'fareassieme' e la partecipazione attiva di utenti e familiari in un servizio di salute mentale orientato alla recovery**  
**Primo Corso del Recovery College di Ivrea**  
**Evento Formativo Regionale Cod. ECM 134-35333**



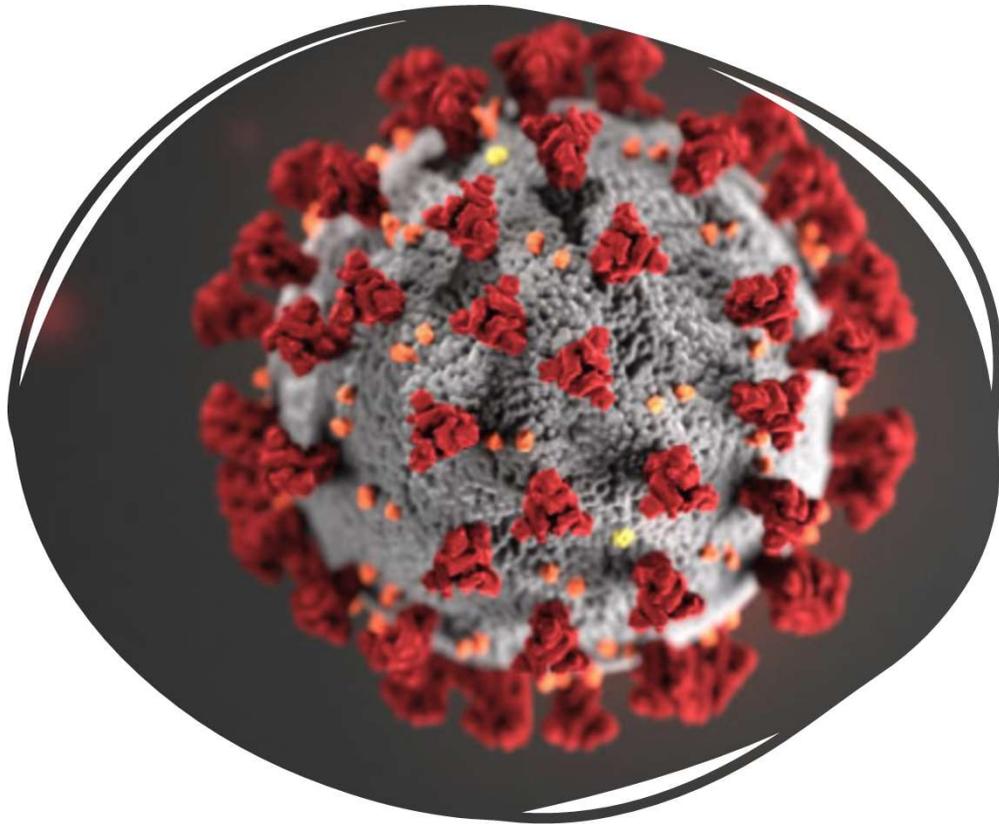
**Dalle 9.00 alle 17.30**  
**Formativo Universitario Officina H - I**

à far  
COMPLETO

# SI PARTE!

---

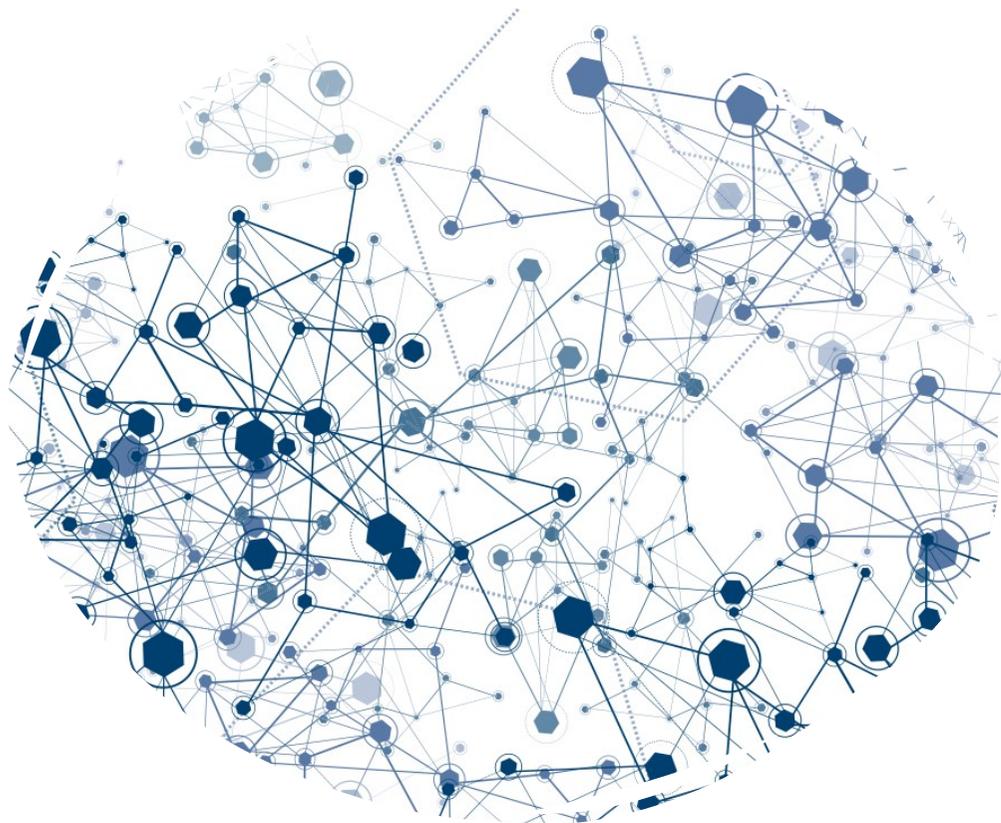
- Inaugurazione Recovery College
  - 12-13 dicembre 2019 c/o Officina H
  - Associazione Parole ritrovate Trentine
  - Fareassieme, UFE e Recovery College



# CORONA VIRUS

---

- Riunioni settimanali
  - Da marzo a luglio 2020: 10 riunioni di coordinamento
- Ampliamento sito Internet
- Attivazione numero di telefono
- Progettazione corso online



# GRUPPO DI LAVORO

---

- Referenti territoriali:
  - Fabrizio Michelis - Officina H
  - Elisa Bechon - Settimo Torinese
  - Barbara Donà - Chivasso
  - Leda Fazzini - San Mauro
  - Arianna Italiano - Ciriè
  - Nicoletta Pino - Ivrea



# CORSI ONLINE

---

- 3 edizioni - La Recovery
  - Giugno - via Zoom
  - Ottobre - c/o Officina H
  - Novembre - via Zoom



# CATALOGO FORMATIVO 2021

---

- La Recovery - 2 edizioni (online)
- Il vissuto dei familiari - 2 edizioni
- Le voci. Il silenzio è un lusso - 1 edizione



# I LABORATORI

---

- Voci
- Scuola
- Storie di recovery
- Farmaci
- A casa come va?
- Crisi



# CATALOGO FORMATIVO 2022

---

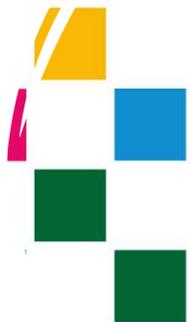
- La recovery
  - 2 edizioni (Liceo Gramsci e Ospedale Chivasso)
- Il vissuto dei familiari
  - 2 edizioni (Ciriè e Ivrea)
- Le voci. Il silenzio è un lusso
  - 2 edizioni (Ivrea e Chivasso)



# OLTRE IL RECOVERY COLLEGE

---

- Formazione Regione Piemonte - 2019
- Giornate eporediesi della salute mentale - 2020
- Conferenza nazionale sulla salute mentale - 2021
- Conferenza nazionale utenti e familiari esperti nel supporto tra pari - 2021/2022
- Forum Democratico del Canavese - 2022 (Antonio Maone)
- Comune di Banchette - 2022
- Formazione ASL obbligatoria per operatori CSM Chivasso, Settimo, San Mauro



# Fondazione Compagnia di San Paolo

## CONTRIBUTO FCDSP

---

- Erogato per attività del Recovery College
  - Copertura parziale spese vive della Fondazione
  - Periodo: ottobre 2020 - settembre 2021
  - Riconoscimento qualificato della qualità e importanza dell'iniziativa Recovery College



# COMITATO DI GARANZIA

---

- Composto da:
  - Emanuele Bruno (Recovery College)
  - Direttori CSM ASL To4
  - Anna Barbero
  - Diego Targhetta Dur - Officina H
  - Associazione Più Diritti
- Obiettivo:
  - Garantire e tutelare l'attività del RC sul territorio dell'ASL To4



# DELIBERA ACCORDO TRIENNALE

---

- Accordo Triennale (2020–2023) firmato da:
  - Direzione Sanitaria ASL To4
  - Fondazione Casa dell'Ospitalità
  - Università degli Studi di Torino (Polo di Infermieristica - Officina H)



# INIZIATIVE ASL

---

- Riunioni mensili gennaio-luglio 2022
  - Con referenti e Direttori ASL
- Corso CSM Settimo, Chivasso e San Mauro
  - Rivolto e obbligatorio per tutti gli operatori



# NEWSLETTER

---

- Prima newsletter - 15/01/2020
  - 28 newsletter inviate
  - Indirizzi iscritti a gennaio 2020: 77
  - Indirizzi iscritti ad oggi: 305



## SITO INTERNET

- Lancio del sito - ottobre 2019
  - Durata visita media - 3 min e 48 sec
  - Provenienze principali: Torino, Milano, Ivrea
  - Et : 25-34 & 35-44



# FACEBOOK e INSTAGRAM

---

- Apertura pagina Facebook – 20/06/2020
  - Mi piace:
    - Ad oggi: 405
    - Fine 2021: 300
    - Fine 2020: 223
- Apertura pagina Instagram – 10/2022



# IN CONCLUSIONE

---

- Corsi portati a termine ad oggi:
  - 14 corsi
  - Partecipazione media ai corsi: 15 persone
  - Totale partecipanti: circa 200 persone



ECM 154

## La Recovery II edizione



# CORSO LA RECOVERY

---

- In tutto fino ad oggi 8 corsi base, di cui 6 per operatori, utenti e familiari del DSM, 1 per la Casa dell'Ospitalità, 1 per gli studenti del Liceo Gramsci di Ivrea
- I docenti di questi corsi sono stati 2 operatori del Recovery College e 3 persone esperte per esperienza.
- I partecipanti al corso sono stati circa 120 (90 nell'ambito del DSM, + 20 della Casa Ospitalità + 15 studentesse).



ECM 154

La Recovery  
II edizione



# CORSO LA RECOVERY

---

- I corsi sono stati organizzati in 4 incontri di due ore, a cadenza settimanale



ECM 154

## La Recovery II edizione



# CONTENUTI DEL CORSO

---

- il concetto di recovery e i suoi principi
- la storia di questo concetto
- il valore delle storie di guarigione,
- i dati della ricerca quantitativa sugli esiti
- e della ricerca qualitativa sui fattori che aiutano e che ostacolano la recovery



ECM 154

## La Recovery II edizione



# CONTENUTI DEL CORSO

- 
- alcune esperienze italiane e internazionali
  - le assonanze con i temi della rivoluzione basagliana
  - le pratiche e i pensieri orientati alla recovery già sviluppati e presenti nei nostri servizi, pur con nomi diversi.



ECM 154

La Recovery  
II edizione



# SENSO COMPLESSIVO DEL CORSO

---

- Valorizzazione della soggettività e della relazione
- Attenzione ai diritti, vecchi e nuovi («niente su di me senza di me»)
- Fare assieme



ECM 154

## La Recovery II edizione



# COSA DICONO I PARTECIPANTI

---

- Motivazione personale "a continuare a fare questo lavoro, perché questa è la psichiatria che voglio. Speranza che tutti insieme ce la faremo". Apertura a nuove prospettive.
- Mi ha consentito, dentro di me, il recupero di quanto era rimasto un po' nascosto (a causa della burocratizzazione del lavoro): investire di più sulla relazione, coinvolgere i colleghi sulla potenzialità evolutiva di questo approccio



ECM 154

## La Recovery II edizione



# COSA DICONO I PARTECIPANTI

- Lavorare contro lo stigma e il pregiudizio, fuori, ma anche dentro l'ospedale, perché anche gli operatori a volte ne hanno. L'approccio orientato alla recovery spesso è sconosciuto agli operatori stessi
- Dare valore alla persona più che alla "malattia". Guarire dal pessimismo clinico. Cercare modi per superare le barriere. Nella formazione bisognerebbe controbilanciare le informazioni che vengono date e formare persone appassionate
- Mi ha insegnato ad ascoltare un po' di più
- «Tutto chiede salvezza»



ECM 154

## La Recovery II edizione



# VARIAZIONI

---

- Nel tempo è cresciuta la valorizzazione delle esperienze degli utenti, diventate negli ultimi corsi il cardine da cui partire anche per raccontare gli aspetti teorici, e a cui ritornare per valutare l'esperienza condivisa



ECM 154

## La Recovery II edizione



# VARIAZIONI

---

- E' cresciuta anche la determinazione a valorizzare l'esperienza del capitale umano rappresentato dagli operatori, che hanno bisogno di ritrovare fiducia e speranza non meno degli utenti e dei familiari.
- Il fare assieme, nella nostra complessa situazione rappresenta il modo migliore per favorire la recovery.



DS04.IV.01  
Sistema di Accreditazione  
Evento Formativo Az.  
ECM. 134/4067

TO4  
Azienda Sanitaria Locale  
Ciriè, Chivasso e Ivrea

## **Le voci. Il silenzio è un lusso**



Officine H  
Via Montenavale - Ivrea

# **CORSO LE VOCI. IL SILENZIO È UN LUSSO**

- 
- Il Corso "Le voci. Il Silenzio è un lusso" nasce dalla co-costruzione di contenuti e condivisioni di un anno di Laboratorio sulle Voci, che ha visto la partecipazione di utenti, familiari e operatori di varia provenienza



DS04.MC.  
Sistema di Accreditazione  
Evento Formativo Az.  
ECM. 134/4067

TO4  
Azienda Sanitaria Locale  
Ciriè, Chivasso e Ivrea

## Le voci. Il silenzio è un lusso



Officine H  
Via Montenavale - Ivrea

# CORSO LE VOCI. IL SILENZIO È UN LUSSO

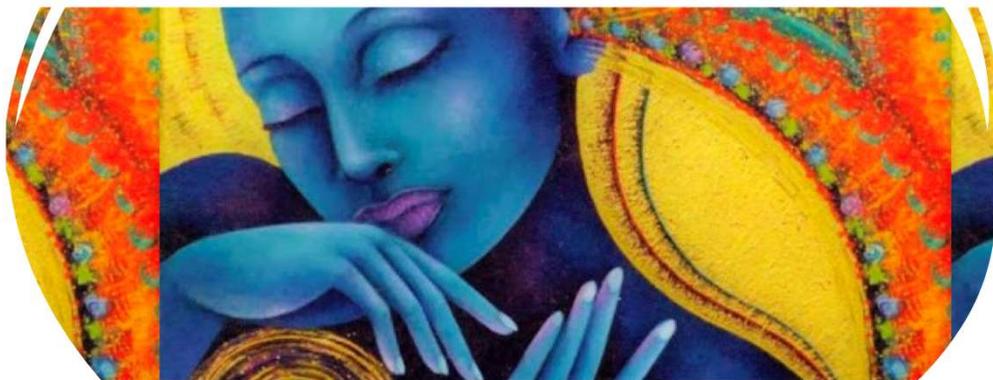
- Si struttura attraverso quattro giornate formative.
- 1. Cosa sono Le Voci: cenni storici/letterari/scientifici e racconti di vita vissuta/esperienze di Voci
- 2. Impatto sul quotidiano
- 3. Teorie e Strategie: contributi scientifici e di vita vissuta
- 4. Confronto tra i partecipanti su quanto presentato e appreso durante il corso



... TO4  
...da Sanitaria Locale  
... Ciriè, Chivasso e Ivrea

DS04.MC.  
Sistema di Accreditazione  
Evento Formativo Az.  
ECM. 134/4067

## **Le voci. Il silenzio è un lusso**



Officine H  
Via Montenavale - Ivrea

# **CORSO LE VOCI. IL SILENZIO È UN LUSSO**

---

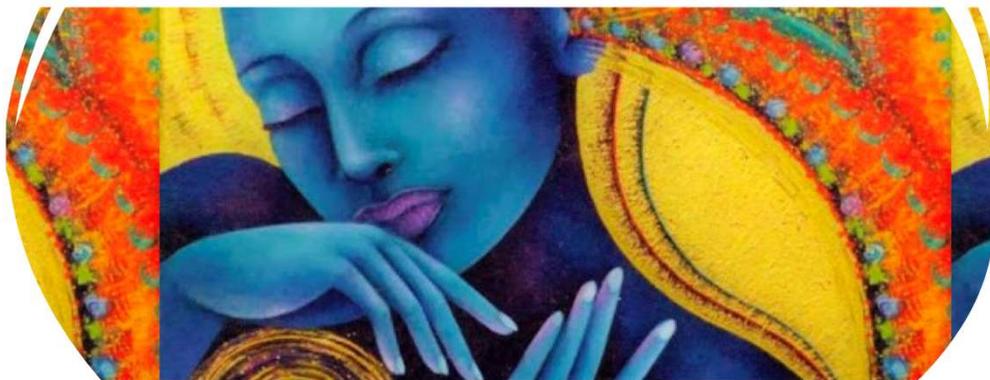
- Metodologia:
  - Utilizzo di Role Play e giochi di immedesimazione
  - Visione di documentazione filmografica/contributi internazionali e discussione sulle stesse
  - Contributi esperienziali, rappresentazione di eventi di vita reali dei docenti esperti per esperienza
  - Contributi bibliografici



... TO4  
...da Sanitaria Locale  
... Ciriè, Chivasso e Ivrea

DS04.MC.  
Sistema di Accreditazione  
Evento Formativo Az.  
ECM. 134/4067

## Le voci. Il silenzio è un lusso



Officine H  
Via Montenavale - Ivrea

# CORSO LE VOCI. IL SILENZIO È UN LUSSO

- Tre eventi formativi sulle Voci con composizione dei gruppi molto diversa in termini di percentuali di operatori/utenti/familiari
- La composizione del gruppo ha determinato, nella nostra breve esperienza, uno sviluppo diverso dei tre eventi
- La partecipazione dei familiari ha favorito lo svelamento da parte dei congiunti uditori
- La comprensione da parte di operatori e familiari ha ridotto l'angoscia connessa al fenomeno



DS04.MC.  
Sistema di Accreditazione  
Evento Formativo Az.  
ECM. 134/4067

TO4  
Azienda Sanitaria Locale  
Ciriè, Chivasso e Ivrea

## Le voci. Il silenzio è un lusso



Officine H  
Montenavale - Ivrea

# CORSO LE VOCI. IL SILENZIO È UN LUSSO

- Criticità:
  - Importanza di un adeguato bilanciamento nella composizione del gruppo
  - Difficoltà di coinvolgimento di operatori/utenti
  - Sedi di svolgimento e raggiungimento delle stesse
  - Manutenzione del corso



... TO4  
...da Sanitaria Locale  
... Ciriè, Chivasso e Ivrea

DS04.MC.  
Sistema di Accreditazione  
Evento Formativo Az.  
ECM. 134/4067

## **Le voci. Il silenzio è un lusso**



Officine H  
Via Montenavale - Ivrea

# **CORSO LE VOCI. IL SILENZIO È UN LUSSO**

- 
- Proposte:
    - Proposte di consulenze da parte del Gruppo in varie sedi per nascita di Gruppi Voci su vari territori



## *IL VISSUTO DEI FAMILIARI*

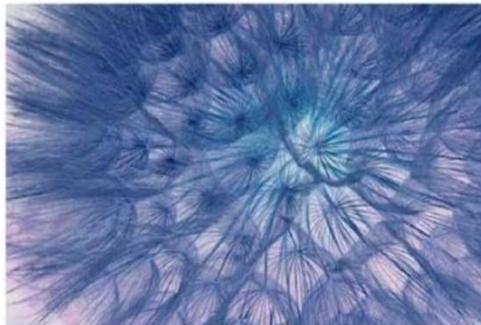
*Corso RecoveryCollege in 4 incontri .*

*Gruppi di 12-15 persone*

*Durata della lezione : 2 ore*

*Corso aperto a: operatori famigliari, utenti, cittadini.*

*Sede : Istituto TROGLIA - via Luigi Cibrario 14 CIRIÈ*



❖ *1° Incontro*      *PSICHIATRIA e FAMIGLIA*      2 maggio 2022 (h. 18-20 )

- *Storia del rapporto tra la Psichiatria e i Familiari di persone con Sofferenza Psicica*

# CORSO IL VISSUTO DEI FAMILIARI

---

- Il Corso è organizzato in 4 incontri , ciascuno della durata di 2 ore
- E' stato co-progettato da esperti per esperienza (genitori, sorella ) ed esperti per professione (psichiatra, psicologo)



## *IL VISSUTO DEI FAMILIARI*

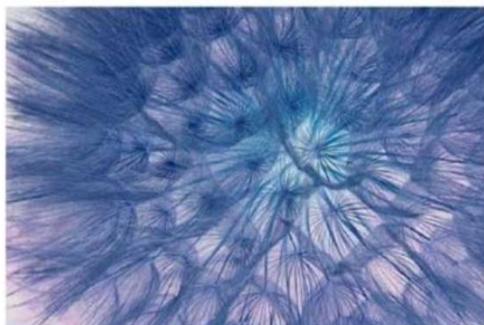
*Corso RecoveryCollege in 4 incontri .*

*Gruppi di 12-15 persone*

*Durata della lezione : 2 ore*

*Corso aperto a: operatori familiari, utenti, cittadini.*

*Sede : Istituto TROGLIA - via Luigi Cibrario 14 CIRIÈ*



❖ *1° Incontro PSICHIATRIA e FAMIGLIA* 2 maggio 2022 (h. 18-20 )

- *Storia del rapporto tra la Psichiatria e i Familiari di persone con Sofferenza Psicica*

# CORSO IL VISSUTO DEI FAMILIARI

---

- 1° Incontro **PSICHIATRIA e FAMIGLIA**

Storia del rapporto tra la Psichiatria e i Familiari di persone con Sofferenza Psicica

- 2° Incontro **IL RAPPORTO CON LA MALATTIA / LO STIGMA**

La Sofferenza Psicica come evento non solo privato ma anche con una dimensione interpersonale, allargata; che coinvolge la persona, il suo nucleo familiare sino ad interessare la sfera sociale



## *IL VISSUTO DEI FAMILIARI*

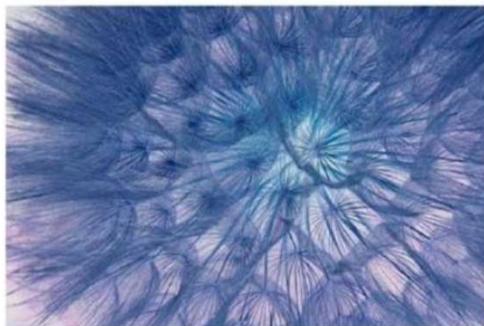
*Corso RecoveryCollege in 4 incontri .*

*Gruppi di 12-15 persone*

*Durata della lezione : 2 ore*

*Corso aperto a: operatori famigliari, utenti, cittadini.*

*Sede : Istituto TROGLIA - via Luigi Cibrario 14 CIRIÈ*



❖ *1° Incontro PSICHIATRIA e FAMIGLIA* 2 maggio 2022 (h. 18-20 )

- *Storia del rapporto tra la Psichiatria e i Familiari di persone con Sofferenza Psicica*

# CORSO IL VISSUTO DEI FAMILIARI

---

• 3° Incontro **IL QUOTIDIANO DELLA FAMIGLIA**

Vita quotidiana e sofferenza psichica. Come la sofferenza cambia la vita della famiglia. Il mondo della "crisi": ha un significato? Si può prevedere ?

• 4° Incontro **PENSIERI e RIFLESSIONI**

Ancora sulla " crisi". La Comunicazione . Come cercare di convivere al meglio. Costruiamo insieme un manuale di vita quotidiana.



## *IL VISSUTO DEI FAMILIARI*

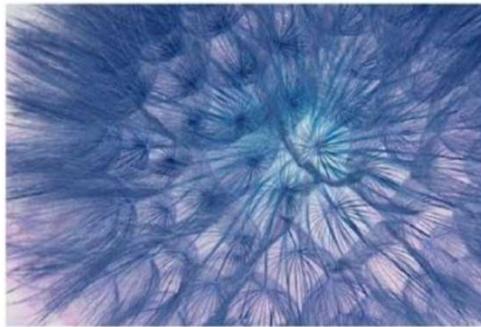
*Corso RecoveryCollege in 4 incontri .*

*Gruppi di 12-15 persone*

*Durata della lezione : 2 ore*

*Corso aperto a: operatori familiari, utenti, cittadini.*

*Sede : Istituto TROGLIA - via Luigi Cibrario 14 CIRIÈ*



❖ *1° Incontro*      *PSICHIATRIA e FAMIGLIA*      2 maggio 2022 (h. 18-20 )

- *Storia del rapporto tra la Psichiatria e i Familiari di persone con Sofferenza Psicica*

# CARATTERISTICHE DEL CORSO

---

- In alcuni recovery college (Brescia) questo corso è esclusivamente dedicato ai familiari; mentre la nostra scelta è stata quella di favorire anche la conoscenza e la condivisione tra familiari e operatori



## *IL VISSUTO DEI FAMILIARI*

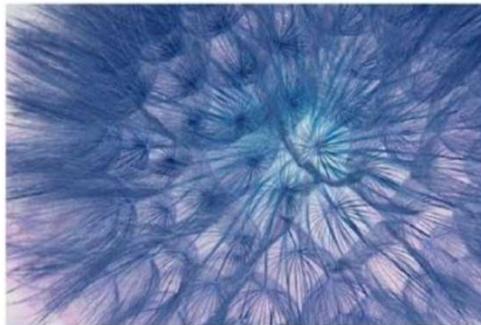
*Corso RecoveryCollege in 4 incontri .*

*Gruppi di 12-15 persone*

*Durata della lezione : 2 ore*

*Corso aperto a: operatori famigliari, utenti, cittadini.*

*Sede : Istituto TROGLIA - via Luigi Cibrario 14 CIRIÈ*



❖ **1° Incontro**      **PSICHIATRIA e FAMIGLIA**      2 maggio 2022 (h. 18-20 )

- *Storia del rapporto tra la Psichiatria e i Familiari di persone con Sofferenza Psicica*

# CARATTERISTICHE DEL CORSO

---

- hanno partecipato familiari (genitori, mariti, sorelle, cugini caregiver) e operatori (infermieri, educatori , psichiatri, psicologi). Un solo corso con situazione di forte squilibrio: 2 soli operatori
- 2 corsi online nel 2021
- 2 corsi in presenza ( Ciriè, Ivrea ) nel 2022



## *IL VISSUTO DEI FAMILIARI*

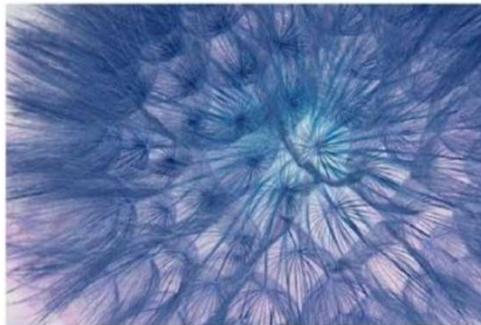
*Corso RecoveryCollege in 4 incontri .*

*Gruppi di 12-15 persone*

*Durata della lezione : 2 ore*

*Corso aperto a: operatori familiari, utenti, cittadini.*

*Sede : Istituto TROGLIA - via Luigi Cibrario 14 CIRIÈ*



❖ *1° Incontro*      *PSICHIATRIA e FAMIGLIA*      2 maggio 2022 (h. 18-20)

- *Storia del rapporto tra la Psichiatria e i Familiari di persone con Sofferenza Psicica*

# TEMI TRATTATI

---

- Il tema dello STIGMA: dallo stigma Strutturale e Pubblico allo stigma Internalizzato passando per lo stigma che accompagna le relazioni interpersonali.
- La CRISI ( o le Crisi )
- La QUOTIDIANITA' della Famiglia e il CARICO FAMILIARE



## *IL VISSUTO DEI FAMILIARI*

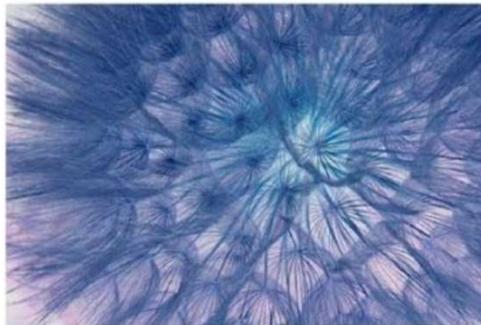
*Corso RecoveryCollege in 4 incontri .*

*Gruppi di 12-15 persone*

*Durata della lezione : 2 ore*

*Corso aperto a: operatori famigliari, utenti, cittadini.*

*Sede : Istituto TROGLIA - via Luigi Cibrario 14 CIRIÈ*



❖ *1° Incontro*      **PSICHIATRIA e FAMIGLIA**      2 maggio 2022 (h. 18-20 )

- *Storia del rapporto tra la Psichiatria e i Familiari di persone con Sofferenza Psicica*

# TEMI TRATTATI

---

- Sono state tratte gli approcci teorici finalizzati all'osservazione della comunicazione interpersonale: scuola sistemico relazionale, approccio psicoeducativo
- E' stata brevemente presentata la legislazione vigente in tema di salute mentale ( legge 180, P.O. 99-2000 )



## *IL VISSUTO DEI FAMILIARI*

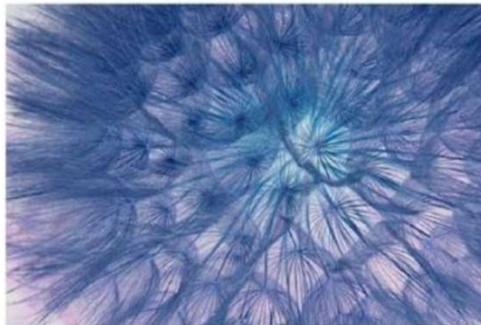
*Corso RecoveryCollege in 4 incontri .*

*Gruppi di 12-15 persone*

*Durata della lezione : 2 ore*

*Corso aperto a: operatori famigliari, utenti, cittadini.*

*Sede : Istituto TROGLIA - via Luigi Cibrario 14 CIRIÈ*



❖ *1° Incontro*      *PSICHIATRIA e FAMIGLIA*      2 maggio 2022 (h. 18-20 )

- *Storia del rapporto tra la Psichiatria e i Familiari di persone con Sofferenza Psicica*

# OSSERVAZIONI

---

- Il riscontro dato dalla maggioranza dei partecipanti è stato positivo. In particolare è stato indicato come importante:
  - il confronto con le altre famiglie, lo scoprire che non si è soli a vivere questa esperienza;



## ***IL VISSUTO DEI FAMILIARI***

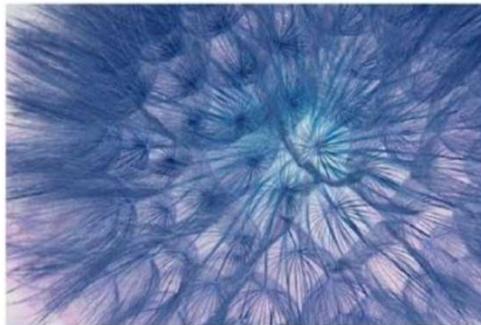
*Corso RecoveryCollege in 4 incontri .*

*Gruppi di 12-15 persone*

*Durata della lezione : 2 ore*

*Corso aperto a: operatori famigliari, utenti, cittadini.*

*Sede : Istituto TROGLIA - via Luigi Cibrario 14 CIRIÈ*



❖ **1° Incontro**      **PSICHIATRIA e FAMIGLIA**      2 maggio 2022 (h. 18-20 )

- **Storia del rapporto tra la Psichiatria e i Familiari di persone con Sofferenza Psicica**

# **OSSERVAZIONI**

---

- il confronto con gli operatori (per i familiari) .  
sentirsi accolti, condividere esperienze, difficoltà,emozioni
- il confronto con i familiari ( per gli operatori ) ,  
venire a conoscenza della complessità di vissuti . Cosa  
non sempre o quasi mai possibile nei momenti di  
interfaccia abituali tra familiari e utenti



## ***IL VISSUTO DEI FAMILIARI***

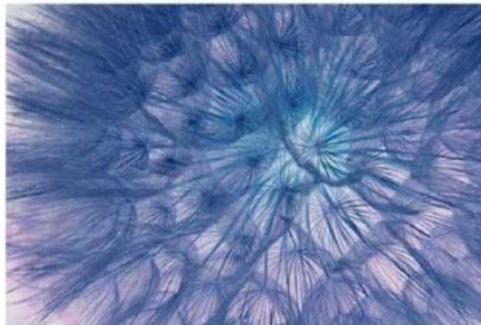
*Corso RecoveryCollege in 4 incontri .*

*Gruppi di 12-15 persone*

*Durata della lezione : 2 ore*

*Corso aperto a: operatori familiari, utenti, cittadini.*

*Sede : Istituto TROGLIA - via Luigi Cibrario 14 CIRIÈ*



❖ **1° Incontro**      **PSICHIATRIA e FAMIGLIA**      2 maggio 2022 (h. 18-20 )

- **Storia del rapporto tra la Psichiatria e i Familiari di persone con Sofferenza Psicica**

# **PROGETTI**

---

- Approfondimento dei temi trattati ( es. Laboratorio a Casa come Va ? )
- Gruppi di supporto ai familiari nei CSM (es . Gruppi di Auto Mutuo Aiuto )
- Costruire una rete tra i vari gruppi famiglia



## **A Casa come**

6 incontri online

per un laboratorio dedicato alle famig

***Cosa succede quando in casa un familiare div  
sconosciuto”?***

***La crisi..., prevedibile o imprevedibil***

***Le acrobazie della vita***

# **LABORATORIO A CASA COME VA?**

---

- Il laboratorio vuole offrire uno spazio di confronto sui complessi temi del vivere quotidiano, quando la famiglia è attraversata dalla sofferenza psichica di un suo componente.



## **A Casa come**

6 incontri online

per un laboratorio dedicato alle famig

***Cosa succede quando in casa un familiare div  
sconosciuto”?***

***La crisi..., prevedibile o imprevedibil***

***Le acrobazie della vita quotidiana***

# **LABORATORIO A CASA COME VA?**

---

- *Cosa succede quando in casa un familiare diventa "uno sconosciuto"*
- *La crisi..., prevedibile o imprevedibile?*
- *Le acrobazie della vita quotidiana*



## **A Casa come**

6 incontri online

per un laboratorio dedicato alle famig

***Cosa succede quando in casa un familiare div  
sconosciuto”?***

***La crisi..., prevedibile o imprevedibil***

***Le acrobazie della vita***

# **LABORATORIO A CASA COME VA?**

---

- Laboratorio online nato per proseguire il confronto iniziato nel corso «IL Vissuto dei Familiari»
- Spazio di confronto e condivisione dedicato ai familiari
- 6 incontri (Cadenza mensile apr/mag/giu e ott/nov/dic 2022)



## A Casa come

6 incontri online

per un laboratorio dedicato alle famig

***Cosa succede quando in casa un familiare div  
sconosciuto”?***

***La crisi..., prevedibile o imprevedibil***

***Le acrobazie della vita***

## PARTECIPANTI

---

- Laboratorio aperto
- Hanno partecipato da 10 a 7 persone
- 5 persone hanno partecipato a tutto il laboratorio, alcuni sono stati presenti una sola volta
- Prevalentemente Padri e Madri, una figlia
- Quasi tutti, ma non tutti, avevano partecipato al corso «Il VISSUTO DEI FAMILIARI»
- 0 hanno deciso di partecipare successivamente al corso



## A Casa come

6 incontri online

per un laboratorio dedicato alle famig

***Cosa succede quando in casa un familiare div  
sconosciuto”?***

***La crisi..., prevedibile o imprevedibil***

***Le acrobazie della vita***

## TEMI TRATTATI

---

- Rottura della comunicazione e sofferenza psichica
- Crisi
- Carico familiare (isolamento, acrobazie del quotidiano, senso di colpa...)



## **A Casa come**

6 incontri online

per un laboratorio dedicato alle famig

***Cosa succede quando in casa un familiare div  
sconosciuto”?***

***La crisi..., prevedibile o imprevedibil***

***Le acrobazie della vita***

## **TEMI TRATTATI**

---

- Stigma
- Senza di noi /dopo di noi
- La differenziazione dai figli/dei figli



## **A Casa come**

6 incontri online

per un laboratorio dedicato alle famig

***Cosa succede quando in casa un familiare div  
sconosciuto”?***

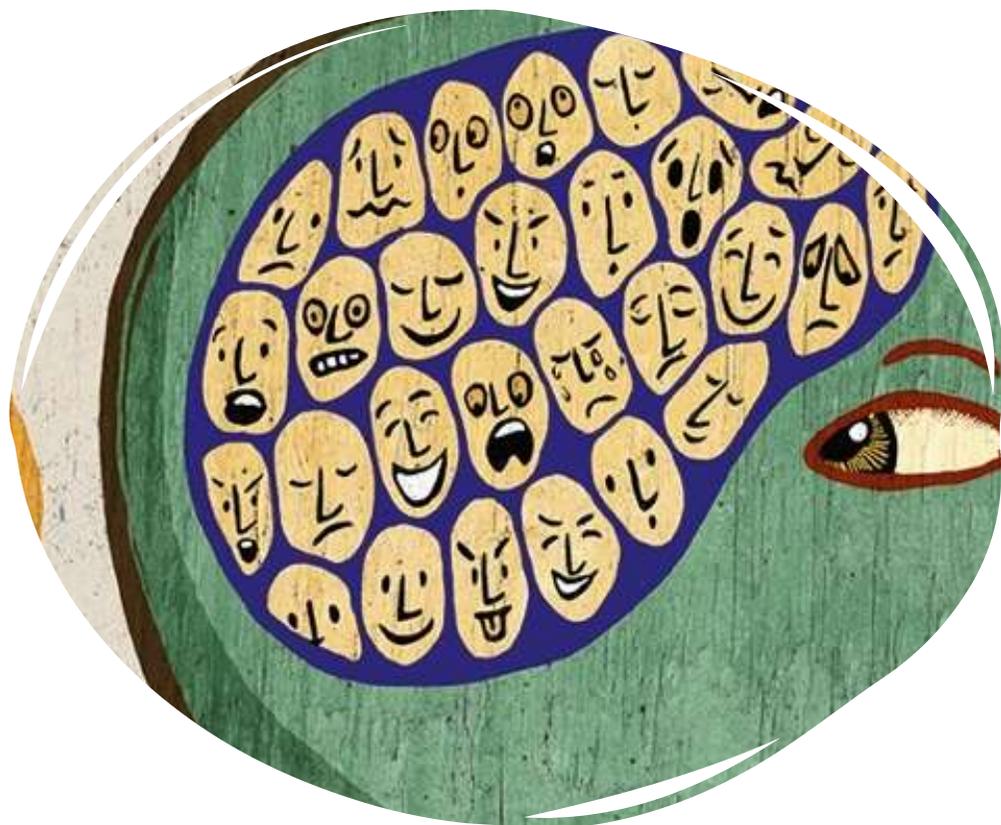
***La crisi..., prevedibile o imprevedibil***

***Le acrobazie della vita***

## **FUTURO...**

---

- Poter proseguire come spazio agile di approfondimento e condivisione



# LABORATORIO LE VOCI. IL SILENZIO È UN LUSSO

- 
- Nasce a gennaio 2021
  - Spinta del CSM di Settimo Torinese
  - Incontri settimanali



# LABORATORIO LE VOCI. IL SILENZIO È UN LUSSO

- 
- Gruppo composto da:
    - 6 operatori
    - 5 utenti
    - 1 familiare



# LABORATORIO LE VOCI. IL SILENZIO È UN LUSSO

---

- Obiettivo:
  - Costruzione di un corso sul tema delle voci
  - Diffondere il vissuto, l'esperienza e la conoscenza di questo argomento
  - Confronto e approfondimento tra le diverse esperienze



# LABORATORIO LE VOCI. IL SILENZIO È UN LUSSO

- Alcuni temi trattati:

- Che cosa sono le voci?
- Cosa vuol dire sentire le voci?
- Il corpo e le voci
- Le emozioni e le voci
- Come affrontare le voci
- Il quotidiano delle voci
- Lavorare con le voci



# LABORATORIO STORIE DI RECOVERY

---

Il laboratorio Storie è nato nell' ambito del Recovery College con l'obiettivo di

Raccogliere Storie di Recovery

Raccontare le Storie raccolte

E' costituito da un familiare, due operatori, cinque utenti, e si riunisce ogni 2-4 settimane.

Abbiamo messo a punto un canovaccio di intervista, per facilitare il racconto. Con domande molto aperte, che lasciano ampio spazio alla spontaneità. L'intervista è organizzata a in tre parti, e cerca di evidenziare i punti chiave del percorso di Recovery:

esperienza, storia, influssi

l'incontro con la guarigione

com'è la sua vita oggi



# LABORATORIO STORIE DI RECOVERY

---

Riteniamo, come dice anche la letteratura sulla Recovery, che la narrazione di storie in prima persona aiuti tutti a comprendere cos'è il disagio mentale, e come si può affrontare: è espressione di un sapere esperienziale altrettanto valido di quello professionale, e che lo completa.

Abbiamo raccolto finora 7 interviste e 4 «storie narrate», oltre che varie raccolte di poesie, e un libro intero. Riteniamo che la forma scritta sia fondamentale per qualsiasi sviluppo futuro delle attività.



# LABORATORIO STORIE DI RECOVERY

---

- Di tutte le forme possibili per «raccontare» le Storie raccolte, di cui si è più volte iniziato a parlare nel laboratorio, nel 2022 abbiamo affrontato quella teatrale.
- Abbiamo chiesto e ottenuto il supporto della Compagnia di Arte e Spettacolo Andromeda (riferimento il regista Matteo Chiantore), che ha partecipato agli eventi pubblici, leggendo alcuni dei brani raccolti nel Laboratorio: questo ha permesso di mantenere la riservatezza sugli utenti, e di raggiungere comunque in profondità le persone in ascolto, come se a raccontare fossero stati i diretti interessati stessi.



# LABORATORIO STORIE DI RECOVERY

---

- Abbiamo inserito brani testuali delle «nostre, vere storie di Recovery» nell'ambito dei due interventi pubblici organizzati dal Recovery College, ovvero il 17 marzo col Forum Democratico, e il 10 Ottobre col Comune di Banchette : interventi che avevano l'obiettivo di affrontare il tema dello Stigma con la popolazione in generale, non solo quella che ruota intorno ai Servizi.
- I riscontri ricevuti ci hanno confermato nella validità del racconto esperienziale, anche attraverso l' approccio teatrale: è veramente un modo per far arrivare a tutti i messaggi più profondi che desideriamo veicolare, in maniera semplice, breve e diretta.



# LABORATORIO STORIE DI RECOVERY

---

- La nostra intervista si chiude con le domande «cosa vorresti dire a chi sta attraversando ora una difficoltà simile a quella già vissuta» o alla popolazione in generale
- Riportiamo testualmente alcuni dei messaggi raccolti: è stato difficile per noi sceglierli, l'abbiamo fatto solo per questioni di tempo! Se qualcuno vuole vederli tutti (e ne vale la pena!), è invitato a partecipare al laboratorio!!!



# MESSAGGI dai PROTAGONISTI delle STORIE

---

«Considerare in modo buono le proprie vulnerabilità. Ci hanno insegnato che in società gli atteggiamenti "diversi" sono sbagliati, invece in ogni atteggiamento della vita c'è un nucleo di senso che va considerato.»





# MESSAGGI dai PROTAGONISTI delle STORIE

---



«Diventate quella persona di cui avreste avuto bisogno quando eravate piccoli e stavate male. Perché così, un po' diventi l'eroe di te stesso, e un po' aiuti gli altri. Io lo faccio spesso, pensare come servirebbe essere per aiutare chi ha le tue vecchie difficoltà»



## MESSAGGI dai PROTAGONISTI delle STORIE

---

«Non abbiate paura di chiedere aiuto, di dire "io sto male, io non ce la faccio da solo". Non dite "io non vado dallo psicologo perché non sono pazzo". Queste cose sono tossiche, non solo per voi ma per tutti [...]. Chiedete aiuto, e smettetela con gli stereotipi di non chiedere aiuto.»





## MESSAGGI dai PROTAGONISTI delle STORIE

---

«Approfondire il proprio disagio. Più sei consapevole di quel che hai, più hai forza e possibilità di stare meglio. [...] Nelle depressioni è ancora più ambigua; sei molto stigmatizzato perchè si pensa che tu non abbia volontà di fare le cose [...]. Essere consapevoli [...], e farsi aiutare, a qualsiasi costo, a costo di sentirsi ridicoli. Farsi aiutare dalle persone più umane che si conoscono. Superare la vergogna è difficile ma è anche la chiave.»





## MESSAGGI dai PROTAGONISTI delle STORIE



«Mi verrebbe da raccontare che se ne può uscire, e uno si può dimenticare il disturbo. [...] Ognuno con i propri strumenti, può succedere. Questo, quindi, che è possibile guarirne in modo completo. [...] Percorrere tante strade diverse, lasciare la mente, fare sì una terapia farmacologica [...] però mettere insieme una psicoterapia, il mondo del sociale, lo sport, l'alimentazione, un approccio più corale e di andare incontro a soluzioni che siano un po' orchestrali, mettere tutto. [...] Ognuno usi i propri utensili.»



# LABORATORIO SCUOLE: LOTTA ALLO STIGMA

---

- Obiettivo: Lotta allo Stigma
- L'ambiente scolastico è da sempre uno spazio in cui i giovani possono liberamente costruire la propria personalità attraverso la relazione con gli altri, mettendo talvolta in discussione stereotipi e pregiudizi consolidati che, come nel caso del disturbo mentale, sono di ostacolo alla cura e alla salute della persona
- Il laboratorio è co-progettato e co-realizzato da utenti, familiari, operatori, volontari, secondo il principio di mettere al centro la persona e le sue esperienze. In «perfetto stile» Recovery College!



# LABORATORIO SCUOLE

---

- Completate 7 coppie di incontri al Liceo Gramsci - indirizzi Scienze Umane ed Economico Sociale - quarte e quinte classi: raggiunti direttamente oltre 150 studenti e studentesse
- Oltre il 90% di giudizi «buono» e «ottimo» da parte dei «discenti» (e feedback molto positivi anche dagli staff di intervento)
- Oltre il 90% di giudizi «ottimo» rispetto alla presenza dei protagonisti delle storie
- Una quindicina di studentesse ha chiesto di seguire il corso sulla Recovery. Alcune di loro sono entrate nei gruppi di Staff di intervento per l' AS 2022-23



# LABORATORIO SCUOLE

---

- Il programma di interventi continua, al Liceo Gramsci, anche nell' AS 2022-23; inoltre abbiamo richieste da parte dell' Istituto Olivetti (in particolare, indirizzi «Tecnico dei Servizi Socio-Sanitari» e «Servizi per la Sanità e l'Assistenza Sociale»).
- In generale, il progetto pare suscitare molto interesse. Il limite è dato «soltanto» dalle nostre forze.
- I «membri attualmente attivi» del laboratorio sono 3 utenti, 2 operatori, 1 familiare, 4 volontari, tra cui un professore e due studentesse



# LABORATORIO SCUOLE, PUNTI CHIAVE

---

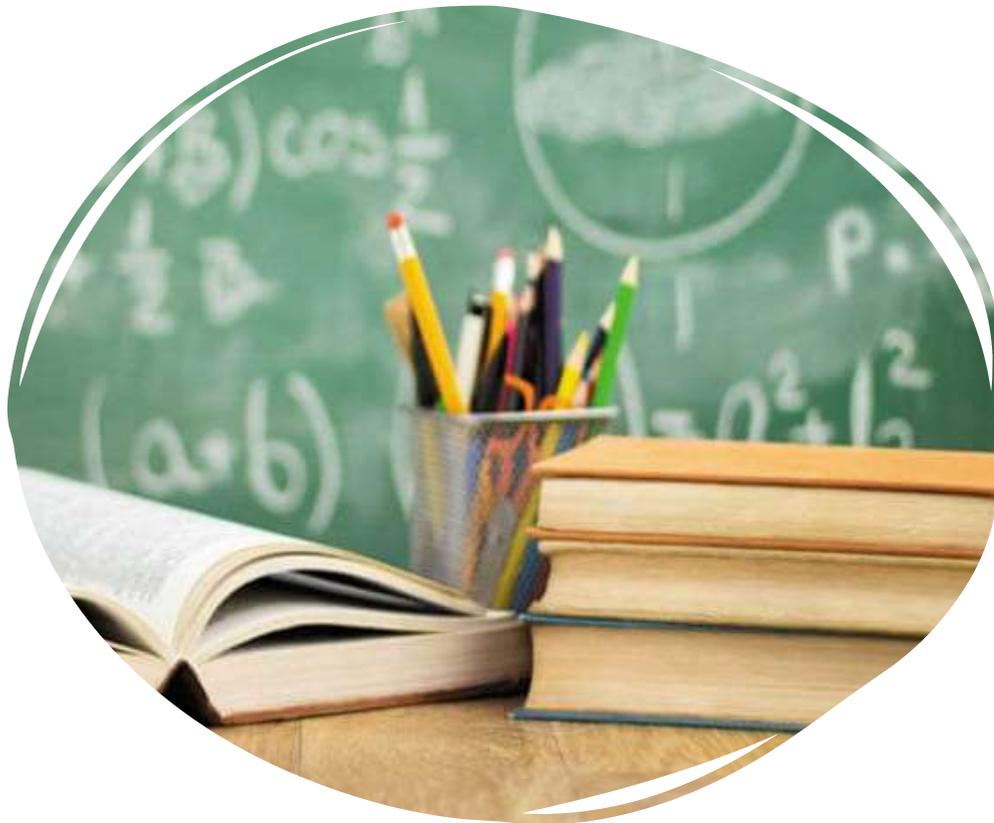
- Punto chiave del successo del laboratorio: la centralità delle testimonianze dirette di Storie di Recovery da parte dei protagonisti.
- I racconti infatti sono seguiti con una attenzione estrema, suscitano empatia e comprensione, e spiegano in maniera estremamente comprensibile (e riteniamo duratura, visto il coinvolgimento), cosa significhi in concreto «recovery».
- Inoltre (e non ce lo aspettavamo!) portare la propria testimonianza in classe si è rivelato, per le persone che l'hanno fatto, fortemente terapeutico, un passo avanti importante nel proprio percorso di Recovery: protagonisti del proprio benessere.



## LABORATORIO SCUOLE, PUNTI CHIAVE

---

- Altro punto importante si è rivelato l'utilizzo dei lavori di gruppo, che portano ragazze e ragazzi a riflettere tra loro, raggiungendo anche autonomamente maggiore consapevolezza sul valore dell'unicità di ogni persona
- Infine, riteniamo che l'approccio a singole classi, 20-25 persone, piuttosto che a gruppi di 2-3 classi insieme, sia il più efficace, perché consente a tutti di sentirsi coinvolti e protagonisti.
- Nelle slides seguenti riportiamo le parole di ragazze/i: solo pochi esempi di feedback di fine corso, e di scritti nei lavori di gruppo. Avremmo voluto riportarne molti, molti di più!



## COMMENTI da STUDENTESSE e STUDENTI

---

Qualche commento da studentesse e studenti

- E' stato molto interessante e mi ha arricchito tanto sia in ambito conoscitivo, sia come persona
- L'incontro è stato toccante e, secondo me, è un'opportunità per chiarire meglio le nostre scelte future. [...]. Credo, inoltre, che sia un'esperienza importante per [...] permetterci di vivere in una società più aperta mentalmente, nella quale una persona con un disturbo mentale venga considerata proprio come una persona [...]



## COMMENTI da STUDENTESSE e STUDENTI

---

Qualche commento da studentesse e studenti

- E' stato un incontro importante, ricco di emozioni e soprattutto mi ha aperto gli occhi su molti aspetti sui quali non mi ero mai soffermata, ad esempio sull'importanza delle relazioni che, come abbiamo visto nelle loro storie, hanno permesso di uscire da questo brutto tunnel.
- Una bellissima esperienza, emozionante e formativa! Secondo me un'attività da riproporre anche per i prossimi anni perché l'obiettivo di sensibilizzare le persone su questi argomenti davvero importanti trovo che sia stato raggiunto.
- (Vorrei dire agli organizzatori) di continuare questo laboratorio e farlo arrivare a più persone per un futuro migliore



## CONTENUTI dei LAVORI di GRUPPO

---

Qualche contenuto dei lavori di Gruppo

- E' giusto avere sensibilità e empatizzare, non confondendo la persona con il suo disturbo. Non è corretto confondere la sua fragilità con debolezza
- (I disturbi mentali) sono più diffusi di quanto sembri, soprattutto perché la gente non ne parla abbastanza. / Talvolta le persone intorno a noi sottovalutano o non credono nelle malattie mentali. Può succedere a tutti e non dipende sempre dall'ambiente
- Non bisogna ignorare lo stigma, ma cercare di combatterlo dialogando senza attaccare, cercando di far capire che non è una differenza negativa.



## CONTENUTI dei LAVORI di GRUPPO

---

Qualche contenuto dei lavori di Gruppo

- (Gli strumenti migliori per iniziare una cura). Riconoscere il disturbo ed essere in grado di chiedere aiuto alle persone disposte ad accettarti così come sei / Accettare di avere un problema è già un grande passo, da lì poi viene il resto: parlarne con le persone più care e cercare un aiuto professionale.
- (Come trattare in concreto le persone con disturbo mentale). Senza farle sentire sbagliate. Non è la malattia che fa la persona. Farli capire che una richiesta di aiuto non la screditerà in quanto essere umano.



# LABORATORIO FARMACI

---

- Periodo di attività: il Laboratorio Farmaci è iniziato a febbraio 2021 e si è riunito mediamente con cadenza mensile fino a giugno 2022.
- Partecipanti: nel tempo si sono iscritte 16 persone (5 operatori di varia provenienza, 7 utenti, 4 familiari). Alcuni hanno partecipato a uno o pochi incontri, altri hanno continuato a partecipare attivamente fino a giugno 2022.



# OBBIETTIVI

---

- 1) Obiettivo culturale: favorire una riflessione sull' uso dei farmaci psichiatrici orientato alla recovery, cioè che tenga conto dell'orientamento e dell'esperienza dei diretti interessati rispetto alle scelte terapeutiche.
- 2) Obiettivo pratico: organizzare un corso o evento sul tema dei farmaci



# METODI

---

- riflessione a più voci sul tema che dia valore ai diversi punti di vista (di chi li usa, di chi è vicino come familiare, di chi li prescrive o se ne occupa come operatore);
- confronto con dati della letteratura (scientifica, culturale, proveniente da associazioni).
- Il gruppo ha lavorato sulle storie delle persone partecipanti rispetto al tema dei farmaci e sulla produzione di questionari per facilitare la raccolta di esperienze.



# COSA ABBIAMO FATTO

---

- Sono stati prodotti dei questionari, per i diretti interessati, per i familiari per i medici prescrittori, per gli operatori non medici (gli ultimi due ancora in fase di revisione). Alcuni partecipanti al gruppo (6 utenti, 4 familiari e 1 medico) hanno compilato il questionario che li riguarda, e che descrive la loro esperienza.
- Sono stati scambiati scritti e video di contenuto attinente al tema, che hanno fatto da spunto per le riflessioni del gruppo (ad es il documento sui farmaci prodotto dal Comitato scientifico dell'Unasam, la traduzione di un articolo di Helen Glover, esperta per esperienza, su questo tema, video di registrazione di incontri Scuola Popolare di psichiatria di Modena)



# PUNTI RILEVANTI DI DISCUSSIONE

---

- Inconsistenza della contrapposizione pro/contro il farmaco
- Farmaco come uno (non l'unico) tra gli strumenti utilizzabile all'interno di una relazione intersoggettiva operatore-paziente.
- Evoluzione delle conoscenze scientifiche sui limiti e rischi della terapia farmacologica e modalità di co-costruzione di percorso terapeutico;



# PUNTI RILEVANTI DI DISCUSSIONE

---

- Uso del farmaco orientato alla Recovery, cioè quanto il farmaco aiuta o no la ripresa per quel singolo paziente
- Tema complesso della libertà di scelta da parte del paziente (gestione del rischio, contratti condivisi)
- Valore di quelle che abbiamo chiamato «Pillole di vita»



# LABORATORIO CRISI

---

- 13 maggio 3 giugno 24 giugno 2021
- Online ( durata 2 ore)
- Pogettato sull'onda dei primi corsi sulla Recovery
- Il tema della crisi era stato individuato come significativo dalle varie componenti del Recovery College (utenti, familiari, operatori )



# LABORATORIO CRISI

---

- Online perchè non si poteva fare diverso ! (COVID)
- Ci ha permesso di scoprire la ricchezza di questo strumento : il laboratorio oltre alle partecipazioni da casa si avvaleva di Collegamenti con il SPDC di Chivasso e con il Centro Diurno di Settimo



# LABORATORIO CRISI

---

- Quindi con la partecipazione di operatori e utenti presenti in SPDC e in CD
- Il laboratorio è stato molto ricco ( mia osservazione personale ) di contenuti e di spunti per il confronto e l'approfondimento



# LABORATORIO CRISI

---

Riporto alcuni appunti relativi al primo incontro:

- La crisi ti arriva a ciel sereno e sconvolge tutto
- L'importanza di stabilire un rapporto con la persona in crisi
- La crisi è un momento dolorosissimo. Bisogna approfondire cosa fare prima e dopo la crisi



# LABORATORIO CRISI

---

- Crisi e ricovero ospedaliero
- concetto di crisi : capire come essere d'aiuto
- Ho imparato ad essere in crisi sempre
- SPDC non dovrebbe essere il luogo delle crisi
- Come gestire le crisi anche in relazione al COVID



# LABORATORIO CRISI

---

- Come leggiamo la crisi ? Come "sintomi" da trattare farmacologicamente ? O utilizziamo la crisi per cercare di capire ?
- Prime Crisi e Uso di Sostanze
- Entrare in contatto con uno stato emotivo può generare crisi



# LABORATORIO CRISI

---

- Questi un pò in sintesi gli elementi di partenza.
- Negli incontri successivi il confronto si è allargato con la condivisione di esperienze di crisi e il racconto diretto di esperti per esperienza che le avevano attraversate e con il racconto dell'esperienza dei familiari che si erano trovati coinvolti.



# LABORATORIO CRISI

---

- Parallelamente ci si è Interrogati su quali sono gli "strumenti" che gli operatori possono mettere a disposizione nella gestione delle crisi.



# LABORATORIO CRISI

---

- Nell'ultimo incontro di fine giugno ci siamo detti che a settembre avremmo ripreso ad incontrarci.
- MA POI SIAMO STATI SOMMERSI DALLA QUOTIDIANITA'



# CRITICITÀ

---

- Difficoltà nel promuovere e nel far conoscere il RC
- Carenza di risorse umane per portare avanti altri progetti (altri corsi e laboratori)
- Coinvolgimento utenti



# PROSPETTIVE

---

- Come aumentare la conoscenza del RC nel territorio?
- Quali nuovi progetti?
- Quali proposte e richieste?



RECOVERY COLLEGE  
IVREA

**GRAZIE**

---



## RIFERIMENTI

---

- [info@recoverycollege.it](mailto:info@recoverycollege.it) (per qualsiasi richiesta inerente il Recovery College)
- [iscrizioni@recoverycollege.it](mailto:iscrizioni@recoverycollege.it) (per iscrizioni a corsi e laboratori)
- [www.recoverycollege.it](http://www.recoverycollege.it) (sito internet, iscrizione newsletter, biblioteca recovery)
- Recovery college Ivrea (pag. Facebook e Instagram)