



RECOVERY COLLEGE
IVREA



CANAVESE
COMUNITÀ
COMPETENTE



Laboratorio Scuole

22 novembre
2024

Laboratorio Scuole - origine e obiettivi

Il laboratorio Scuole è nato nell' ambito del *Recovery College* per svolgere una iniziativa (in)formativa verso una popolazione studentesca, con l'obiettivo di lotta allo stigma sul territorio della ASL TO4. Combattere lo stigma è uno degli obiettivi indicati anche dal Ministero della Salute nella Conferenza nazionale sulla Salute Mentale di giugno 2021, ed è un aspetto importante del cambiamento culturale che può avvicinare gli utenti ad un percorso di Recovery. Nel 2023 si è integrato anche con il Progetto *Canavese Comunità Competente*

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 Scuole è stato co-progettato e co-realizzato da utenti, familiari, operatori, volontari, secondo il principio di mettere al centro la persona e le sue esperienze, con metodo analogo a quello della preparazione dei corsi del Recovery College.

Gli incontri avuti finora confermano il contributo al raggiungimento dell'obiettivo iniziale, e hanno consentito di costruire una bella rete di relazioni sul territorio.

Recovery e Stigma

La Recovery è un modo di ripensare la sofferenza mentale da parte di tutti coloro che la vivono, con l'obiettivo di superarla o ridurla e di convivervi con serenità, riprendendosi la propria vita.

La recovery è un processo personale, ma anche profondamente sociale e condiviso; è nel contesto sociale che si evolvono le nostre condizioni di vita, l'ambiente materiale, le relazioni e il senso di sé.

Recovery non significa prettamente guarigione. Recovery non è uno schema né un traguardo o una destinazione, Recovery è un atteggiamento, un modo di vivere il quotidiano e di affrontare le sfide. Essere in Recovery significa ammettere i limiti in modo da poter vedere infinite possibilità. Recovery significa avere il controllo. Recovery è insistere, lottare e rinascere. Recovery è un processo non lineare definito dalla successione dei risultati raggiunti. (P. Degan)

Lo stigma è il pregiudizio sulla salute mentale: pregiudizio di pericolosità, di inguaribilità, di eccezionalità ... *E' uno dei problemi principali per chi vive un disturbo mentale, spesso ancora più grande del disturbo stesso.* La persona viene etichettata attraverso una sua malattia, e non esiste più nella sua interezza: quei momenti di disagio mentale diventano una condanna a vita. Mentre l'accoglienza e l'ascolto portano alla guarigione.

Lo stigma è uno dei maggiori ostacoli ad un processo di Recovery

Laboratorio Scuole - eventi principali 2021-2024

- Completate ogni anno circa 7 coppie di incontri in classe, raggiungendo direttamente ogni anno circa 150 ragazz*, del Liceo Scientifico Gramsci e dell' IIS Olivetti (indirizzi Scienze Umane e Scienze Economiche; Socio Sanitario e Grafica e Comunicazione)
 - Oltre il 90% di giudizi «buono» e «ottimo» da parte dei «discenti»
 - Oltre il 90% di giudizi «ottimo» rispetto alla presenza dei protagonisti delle storie
- Ricevuti feedback estremamente positivi sia da studentesse e studenti che dagli Staff di intervento
- Partecipato a offrire vari laboratori esperienziali nell' ambito del Convegno «Città dell' Uomo» organizzato dal Liceo Scientifico Gramsci
- Realizzato, nell'ambito del programma PCTO (alternanza scuola-lavoro) del Liceo Gramsci, un cortometraggio sullo stigma: ideazione e regia totalmente degli student*, supporto operativo da parte della Fondazione Casa dell' Ospitalità.
<https://www.recoverycollege.it/video-cose-lo-stigma/>
- Realizzata la mostra che si inaugura oggi, lavori delle classi grafiche dell' IIS Olivetti: l'idea è di rendere questo un appuntamento annuale
- I «membri attualmente attivi» del laboratorio sono 3 utenti, 4 operatori, 1 familiare, 3 volontari, e tutti gli insegnanti coinvolti nell'organizzazione.

Laboratorio Scuole - punti chiave

Il punto chiave del laboratorio, e della sua caratterizzazione quale elemento dei Progetti *Recovery College* e *Canavese Comunità Competente*, è la centralità delle testimonianze dirette di Storie di Recovery da parte degli Utenti. Questi racconti infatti:

- Sono seguiti con una attenzione estrema, e suscitano empatia e comprensione.
- Spiegano in maniera estremamente comprensibile (e riteniamo duratura, visto il coinvolgimento) cosa significhi in concreto «recovery», e quanto sia pregiudiziale lo stigma.
- Hanno un ulteriore effetto positivo, non previsto inizialmente: *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.*

Altro punto fondamentale è il dialogo che si stabilisce co* ragazz*: senza nulla di pre-costituito, nulla di «cattedratico», semplicemente si risponde alle domande basandosi sulla propria esperienza: *gli incontri non sono «una lezione» bensì la condivisione di un'esperienza di vita.*

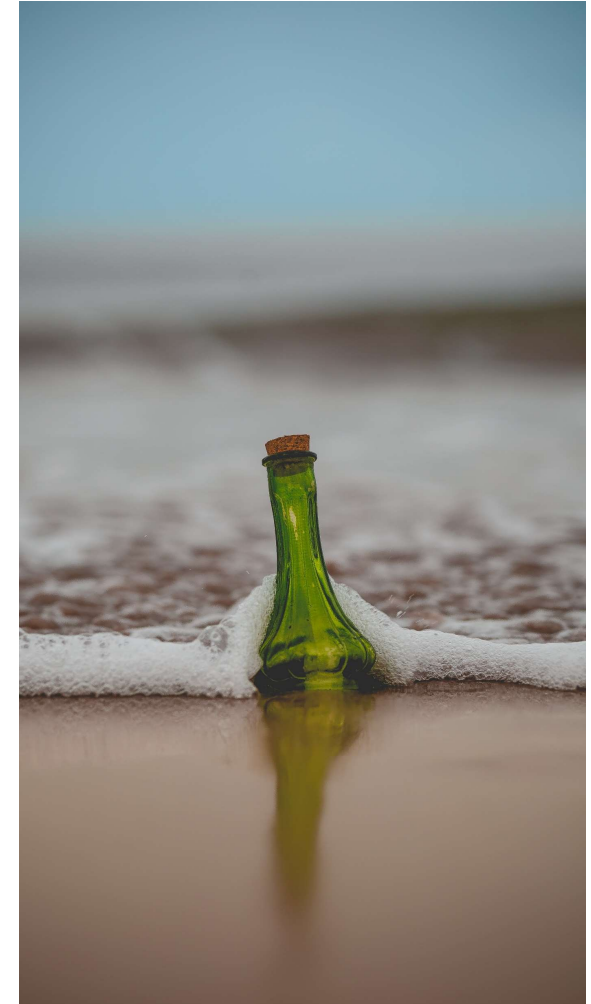
Spesso utile si è rivelato l'utilizzo dei lavori di gruppo, che portano ragazze e ragazzi a riflettere tra loro, raggiungendo anche autonomamente maggiore consapevolezza sul valore dell'unicità di ogni persona

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.

Laboratorio Scuole - le parole di ragazze e ragazzi

Testualmente, alcuni dei tanti messaggi, tutti dello stesso tenore, ricevuti da* ragazz*

- 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 [...]
- 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



Laboratorio Scuole - le riflessioni di ragazze e ragazzi

Testualmente, alcuni esempi dei contenuti scritti da* ragazz* nei 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.

(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. Fargli capire che una richiesta di aiuto non la screditerà in quanto essere umano.

www.recoverycollege.it

www.facebook.com/recoverycollegeivrea

www.instagram.com/recoverycollegeivrea

[**https://www.canavesecompetente.it**](https://www.canavesecompetente.it)