



N° 1 2024

UN GIORNALINO PERCHÉ -EDITORIALE-

Cari lettori, siamo alla prima edizione del giornalino che nasce con lo scopo di farVi conoscere un po' più da vicino le tematiche relative alla malattia mentale, in particolare quelle in cui incorrono alcuni ragazzi dall'adolescenza alla maturità.

La redazione di questo giornalino è composta dagli stessi ragazzi che vivono questo disagio e che frequentando il laboratorio di informatica. Nel laboratorio stanno provando il piacere di potersi esprimere, nelle vesti di redattori e con l'uso di un computer, su quelli che sono i propri sogni e desideri, raccontando anche un po' della loro storia, delle loro esperienze e della loro malattia.

Non è facile raccontarsi in esperienze dolorose quando si è consapevoli della malattia mentale ma se si riesce a farlo si possono superare molti ostacoli ed aprire tante finestre di speranza di guarigione, basta saper ascoltare, osservare, vincere i tabù, saper riconoscere i propri errori e migliorarsi.

Ci saranno anche i racconti dei familiari che insieme ai loro parenti/pazienti hanno intrapreso un percorso di psicoterapia atto a migliorare il processo di riabilitazione e di integrazione sociale dei loro cari nella vita quotidiana, lavorativa e relazionale.

Tengo molto a dirvi che anche per me è stata un'esperienza salutare; riscontrare la contentezza dei ragazzi per la loro volontà di apprendere sull'uso corretto del mouse, dell'interlinea e spaziatura, la scelta dei colori, del carattere da utilizzare ma ancor di più la volontà di raccontarsi è stata una vera palestra di vita che mi ha insegnato a capire, attraverso anche i loro piccoli progressi, quanto possa essere faticoso per loro raggiungere un obiettivo ma al contempo esultare che ne sia comunque valsa la pena.

Nel prossimo numero saranno raccontate altre esperienze, altre storie e novità.

Cira Nocerino Associazione Liberamente



N° 1 2024

LE NOSTRE ESPERIENZE

M.

Mi chiamo M. ed ho 27anni, frequento il centro da 10 anni. Sono arrivata al centro per problemi di pazzaria.

All'inizio mi tagliavo i capelli da sola, urlavo sempre, mi tagliavo le gambe con la lametta, picchiavo i miei genitori e le dottoresse del centro perché ero molto arrabbiata. Odiavo la mia malattia, ora ho imparato nuove cose, ho imparato a sforzarmi per guarire anche se è molto difficile per me comportarmi bene e dire quello che penso perché ho paura. Ho imparato ad avere rapporti con i compagni, io desidero amici e una vita normale. Io credo che con tanti sacrifici posso guarire. Sono contenta perché a breve inizieremo le gite, ma sono anche molto spaventata perché non conosco il mondo fuori. Voglio superare questa paura di uscire con i miei amici al bar per gite normali, mi sembra una bella idea. Voglio ringraziare il centro, le dottoresse e miei compagni perché mi stanno aiutando a guarire. Sto imparando a fare le pulizie, la doccia per una vita normale, sto imparando a contare i soldi e le tabelline ma soprattutto le regole per stare in società. Ho imparato a rispettare le regole perché è importante e nella vita servono per diventare un'adulta. Voglio essere una signorina educata e sto imparando molte cose. La cosa che più mi piace del centro e che ho trovato degli amici che mi ascoltano e aiutano a parlare della malattia che non è facile da curare e ci aiutiamo per vedere dove sbagliamo. Prima non credevo nella possibilità di poter guarire e ora ci credo perché sono migliorata e sono molto contenta anche se so che la cura è difficile perché questa malattia è fetente.

In futuro vorrei un fidanzato, una casa tutta mia e come lavoro sogno di fare la fioraia.



N° 1 2024

LE NOSTRE ESPERIENZE

F.

Sono F., ho 21 anni e sto al centro da 4 mesi. Al centro la cosa che mi piace è il laboratorio bar perché sto imparando un lavoro e mi ha permesso di superare la paura di non farcela e anche di sentirmi capace. Lavoro al bar da due mesi, la cosa che più mi piace è servire i clienti perché mi dà un senso di soddisfazione. Mi piace venire al centro perché ho la possibilità di stare con i miei amici perché a casa mi sarei sentito più solo. Inoltre frequentare il centro mi ha dato una nuova speranza di una prospettiva di vita migliore. I dottori sono bravi e molto disponibili e mi ritengo fortunato ad averli incontrati. Venire al centro mi ha fatto venire voglia di provare a svolgere anche il laboratorio terra perché mi incuriosisce e mi piace la natura. Mi piacerebbe l'idea di coltivare prodotti agricoli e vedere i risultati del mio lavoro. Sabato è stato il mio compleanno e mi ha fatto piacere festeggiare insieme ai compagni del centro perché non lo festeggiavo da tanto tempo.

Scriviamo questo giornalino perché vogliamo condividere le nostre esperienze per aiutare le persone che leggono per sentirsi capiti e anche per farci conoscere.

Da quando sono qui mi sono venuti dei desideri rispetto al futuro, per esempio in futuro lavorare in un bar come macchinista. Ho questo desiderio perché mi piace fare assaggiare alla gente un buon caffè e questo mi dà soddisfazione.

Al centro io faccio terapia familiare e questa cosa sta aiutando molto me e la mia famiglia perché fa chiarezza sui miei problemi e aiuta la mia famiglia a capire e da quando la sto facendo le cose vanno meglio.

Qua al centro faccio anche la terapia individuale e di gruppo e durante queste terapie ho capito che ora riesco a dire quello che penso mentre prima era difficile.

Per me questo miglioramento è importante e sono contento di averlo raggiunto.

La paura è diminuita rispetto a prima perché non riuscivo a stare nei gruppi, non riuscivo a parlare, non riuscivo a stare con i miei compagni e a volte non riuscivo a venire al centro e avevo molta paura del giudizio negativo degli altri. Ora invece vengo quasi sempre al centro e ho meno paura del giudizio degli altri, riesco a stare nei gruppi e a stare con i miei compagni. Ora stare con i miei compagni e lavorare nei gruppi mi piace molto e sono molto contento dei miglioramenti fatti fino ad ora.





N° 1 2024

D.

Mi chiamo D., ho 35 anni e il mio percorso al centro diurno è iniziato circa 4 anni fa. Tramite la dottoressa Servillo venni a conoscenza di questa struttura e lei mi disse che per il problema che ho io questo centro mi sarebbe stato utile. Inizialmente non è stato facile ambientarmi poi, dopo, conoscendo un po' di più la struttura sono stato meglio. All'inizio avevo paura di conoscere i ragazzi del centro ma con il passare del tempo sono migliorato ed ho cercato di farmi conoscere un po' di più. Adesso sto iniziando a legare e di conseguenza ad uscire con loro, guardando sia i pregi che i difetti di ognuno.

Nel rapporto con i dottori inizialmente mi sentivo troppo spaventato, poi conoscendoli mi sono sentito più tranquillo perché ho iniziato a fidarmi di loro. Grazie al centro e grazie ai dottori mi sono sentito meno spaventato di parlare e questo per me è importante perché prima non riuscivo a dire il mio pensiero. Inoltre ho imparato a prendere più iniziativa e ad essere meno sfaticato. Qui al centro io svolgo tanti laboratori tra cui quello delle pulizie, il laboratorio di logica, il laboratorio di matematica, laboratorio terra, quello di il magazziniere e negli ultimi tempi ho iniziato anche il bar. Quelli che preferisco sono il bar e il magazzino, al bar mi piace fare i caffè alla macchina, mantenere ordinato il banco e ultimamente sto cercando anche un po' di stare in relazione, mentre del magazzino mi piace mantenere l'ordine e di controllare la merce che manca.

Per quanto riguarda il bar i primi giorni avevo difficoltà a ricordare i passaggi da fare, come per esempio quali pulsanti usare, inserire il braccetto e i pezzi da pulire. Nei movimenti ero molto lento, ma facendo pratica ho iniziato a prendere più dimestichezza perché capisco che la sveltezza è importante. Il bar è importante soprattutto nelle relazioni perché si impara ad ascoltare le richieste degli altri in generale, ad accontentarli offrendo un servizio gentile, ma poiché bisogna avere a che fare con persone diverse mi devo sforzare a capire bene ciò che vogliono. Dopo un mese di laboratorio mi rendo conto che sono ancora un po' spaventato ma penso che allenandomi sempre di più posso migliorare. Il lavoro del bar mi è utile anche per il magazzino perché anche nel bar bisogna saper gestire le scorte e restare attenti che non manchi nulla, a mantenere tutto in ordine e rispettando anche l'igiene.



N° 1 2024

I FAMILIARI RACCONTANO

P. e S. genitori di M.

Salve, siamo P. e S., abbiamo 3 figli e stiamo insieme da 40 anni. Una gioventù vissuta con spensieratezza e non priva di sbagli ed errori. Poi l'arrivo di M., prima figlia, il cambiamento, il passaggio, le responsabilità, l'essere genitore.

Già dai primi giorni di vita M. mostrava aveva difficoltà nel nutrimento, non voleva mangiare al seno, poi man mano che cresceva con l'inizio della scuola si isolava in classe e apprendeva con difficoltà gli insegnamenti.

Abbiamo capito che qualcosa non andava nei suoi comportamenti così abbiamo iniziato a fare dei controlli con i centri sanitari pubblici con scarsi risultati. M. cresceva ma le sue difficoltà crescevano con lei. All'età di 17 anni parlando con una persona sono stato indirizzato verso il Centro SIPI. Qui abbiamo trovato un metodo di cura per la malattia mentale che fin dal primo incontro ci è sembrato diverso rispetto alle passate esperienze. Allora, e solo allora abbiamo iniziato a capire che la malattia mentale è una malattia grave di cui preoccuparsi seriamente, difficile da curare e che ci vuole molto tempo e coinvolgimento della famiglia, del paziente e dei dottori, tutti con un fine comune.

Siamo da 10 anni in questo centro e con tanta fatica e sacrificio e tanto aiuto siamo migliorati sia M. che noi come famiglia modificando i nostri vissuti passati non funzionali e diventando consapevoli che anche noi come genitori avevamo fatto errori che hanno portato alla malattia di nostra figlia.



L. mamma di F.

Sono la mamma di F. e questa è la mia esperienza con la malattia mentale.

Tutto inizia alla fine della famosa quarantena per il COVID. Mio figlio che, prima del COVID, usciva tutte le sere con gli amici, inizia a restare sempre più in casa e a non uscire più come prima. Tutto questo mi insospettisce ma la cosa che mi ha fatto capire che mio figlio iniziasse ad avere dei problemi mentali è stata la notte in cui, all'improvviso, ha spalancato la porta della camera da letto mia e di mio marito e piangendo spaventato ha detto che un ragazzo spagnolo che lui aveva conosciuto giocando online lo perseguitava e voleva ucciderlo. Ovviamente il ragazzo lo conosceva davvero ma aveva dato vita ad una paranoia su questo rapporto che non esisteva. Da qui è partito tutto.

Gli ho consigliato di prendere appuntamento da uno psicologo e lui ha accettato. È così che abbiamo conosciuto la dottoressa Marchesiello su consiglio di una mia



N° 1 2024

amica insegnante. Inizia così un percorso difficile fatto di alti e bassi. Al delirio dello spagnolo segue quello sul padre. Infatti superata la paranoia che lo spagnolo venisse ad ucciderlo inizia un odio ingiustificato verso il padre tale da evitarlo in tutto e per tutto. Al percorso con la dottoressa si aggiunge anche quello con lo psichiatra e la conseguente cura farmacologica. Con i quattro incontri che F. fa al mese con la dottoressa Marchesiello, nel giro di un anno e mezzo riesce a migliorare, supera i primi due deliri ma gli rimangono ancora la dispercezione corporea che non riesce a superare e cioè vedere parti del suo corpo distorte e quindi vedersi brutto. Ad un certo punto, allora, la dottoressa ci propone di fare entrare nostro figlio nel centro Agorà di cui è direttrice per avere una terapia più intensa che se seguita con voglia lo porterà alla guarigione.

Non appartenendo all'Asl di Casoria ma ad un'altra, abitando in un paese in provincia di Caserta, è dovuto passare un po' di tempo affinché la nostra ASL desse il permesso a nostro figlio di frequentare il centro Agorà. Una volta entrato ci siamo resi conto che questo centro fosse realmente la strada giusta per la guarigione di nostro figlio. Innanzitutto ci è stata spiegata, per filo e per segno, in che cosa consiste la terapia ristrutturante adottata e cioè, nell'obiettivo a lungo termine, ridurre o addirittura togliere i farmaci per tornare a una vita migliore. Oltretutto ci siamo sentiti rincuorati nonché rassicurati da tutti gli psicologi del centro attraverso chiamate fatte anche più volte al giorno per sapere di come stava nostro figlio ma anche noi familiari. Questo ci ha fatto sentire meno soli in questa dolorosa battaglia. Inoltre le sedute familiari che facciamo una volta a settimana ci stanno facendo aprire gli occhi su tutti gli errori che fino ad ora abbiamo fatto in qualità di genitori per non ripeterli più. In questo centro, inoltre, si svolgono diverse attività riabilitative per preparare i ragazzi ad affrontare un futuro lavoro. Tutti i giorni, mattina e pomeriggio i ragazzi fanno una seduta di gruppo e vengono seguiti scrupolosamente anche dal punto di vista farmacologico. Approfitto di questo articolo per ringraziare in primis la dottoressa Marchesiello che, in tutto il nostro percorso sia prima che dopo il centro, ha seguito coscienziosamente Francesco e con tanta professionalità oltre che umanità e anche tutti gli altri dottori del centro che oltre che competenti sono anche molto umani. So che il percorso non sarà facile per mio figlio ma ciò che mi tranquillizza e che so che sta in ottime mani.



N° 1 2024

I FAMILIARI RACCONTANO

A. Madre di D.

D. da circa quattro anni è in psicoterapia presso il Centro SIPI con diagnosi di psicopatia derivata da disturbo di personalità.

D. usciva dicendo che aveva amici con cui stare ma restava sempre in disparte perché non riusciva a relazionarsi con i suoi amici e non solo; D. aveva difficoltà a mantenersi un lavoro poiché seppure fosse stato bravo a trovarlo aveva difficoltà nel dialogare e dopo neanche una settimana lo perdeva provocandogli una sofferenza, anche se a suo giudizio il problema non era il suo ma degli altri.

Io come genitore, essendo separata vivevo in casa con i miei due figli D. e la sorella, costretta a lavorare per poterli mantenere. Non mi sono accorta subito del problema di mio figlio o forse lo sottovalutavo poiché dopo la separazione con il papà lo avevo portato da uno psicologo ma dopo un anno di terapia privata la sua diagnosi fu che era un problema caratteriale e così siamo andati avanti con questa convinzione. Io, mamma di D. essendo molto presa dal lavoro non ho capito che il problema di mio figlio cresceva sempre di più.

D. arrivò al punto di isolarsi pure in famiglia rimanendo chiuso in camera sua oppure anche quando stava con noi in famiglia stava sempre zitto, se usciva lo faceva solo per accontentare me senza mostrare alcun cambiamento; oramai D. viveva in un mondo tutto suo.

Fortunatamente D. ha accettato di frequentare il Centro Diurno SIPI, partecipando assiduamente alle sedute individuali, familiari e di gruppo che hanno fatto sì che emergessero tutte le sue difficoltà, paure, insicurezze.

Anche per me queste terapie sono state fondamentali. Partecipando costantemente alle sedute familiari e di gruppo ho compreso i miei errori nell'essere stata molto superficiale nel considerare la malattia di mio figlio e sono stata aiutata tanto da capire tutto ciò.

Avevo avuto sempre un rapporto molto protettivo con i miei figli soprattutto con D. poiché crescevano senza un papà e da qui ho capito di avere sbagliato e di non averlo saputo aiutare.

Oggi insieme a mio figlio sto facendo un bel percorso anche io pur essendo consapevole che il cammino da affrontare sarà lungo poiché ancora oggi vedo che Davide non è pronto ad essere autonomo.





N° 1 2024

ASSOCIAZIONE LIBERAMENTE

Nel 2003 nasce l'Associazione Liberamente, Organizzata in forma di Associazione di Promozione Sociale.

Essa è costituita da familiari, pazienti e cittadini che condividono le stesse finalità di solidarietà sociale tese a migliorare la condizione di vita degli ammalati psichici e delle loro famiglie.

Non ha fini di lucro e promuove la cultura della dignità della persona affetta da disagio psichico quale persona capace di costruire visioni del mondo e scelte responsabili, essere cittadino attivo ed integrato nel tessuto sociale. E soprattutto promuove la libera scelta nella cura.

Liberamente infatti sostiene la lotta per il diritto alla libertà di scelta del luogo e del tipo di cura del paziente psichico e della sua famiglia.

La missione dell'Associazione è anche quella di essere un supporto alla Cooperativa Integrazioni proponendo progetti atti a migliorare l'inserimento degli ammalati psichici nella vita sociale e lavorativa

Da Gennaio 2024 l'Associazione è iscritta al RUNTS Registro Unico Nazionale del Terzo Settore (Decreto n. 29 del 12/01/2024 ai sensi del D.L.GS. 117/2017)

Tutti i pazienti del Centro Agorà hanno collaborato alla realizzazione di questo Numero, si ringraziano i genitori e coloro che hanno supportato il progetto.

S.I.P.I-INTEGRAZIONI
Via Pio XII, 129 CASORIA (NA) 80026
P.IVA 03204041218, Tel. + (39) 081-7308211, Fax + (39) 081-7308243 e-mail: integrazioni@sipintegrazioni.it
pec: integrazioni@pec.it Internet: www.sipintegrazioni.it