

VERBALE RIUNIONE UTENTI

5 MARZO 2018

Martedì 5 Marzo 2018 si è svolta a Genova Voltri, nella sede dell'associazione Prato Onlus, Via Calamandrei 61/10, la seconda riunione di utenti per sviluppare un documento unitario da presentare in occasione delle celebrazioni per il 40ennale della "Legge Basaglia".

Nel corso della seduta, è stato presente in qualità di uditore anche il presidente di A.L.FA.P.P. Giorgio Pescetto, hanno preso la parola gli utenti Emilia, Federico, Paola e Valter e Roberta di Prato Onlus, Eugenio di A.L.FA.P.P., Bernardo e Maurizio di Idee Diverse Genova.

PRIMO PUNTO: MASSIMA AUTONOMIA POSSIBILE.

L'autonomia rappresenta per l'utente un diritto sociale di cui riappropriarsi, quello di non essere considerato un numero, ma di contare e di avere voce in capitolo in tutto quello che riguarda la sua salute e la sua vita, oltre che una aspirazione individuale di riuscire a realizzarsi, raggiungendo con le proprie forze una vita il più possibile normale. Tale autonomia comprende due aspetti, uno mentale e uno pratico gestionale.

L'autonomia dal punto di vista mentale è ricerca dell'autodeterminazione, ovvero di arrivare a prendere decisioni indipendenti riguardo alla propria persona, evitando di diventare soggetti passivi esposti a rischi di manipolazione da parte della psichiatria e di spersonalizzazione nelle comunità, ed in generale di disabituarsi alla gestione dei propri pensieri e sentimenti. L'autonomia dal punto di vista gestionale, consiste nel sottrarsi il più possibile al controllo di altri, siano essi familiari o tutor, nella gestione della propria vita quotidiana e sociale. L'autonomia è un obiettivo che la persona con disagio mentale deve porsi quando avverte il bisogno di un cambiamento del proprio stato, perché il percorso verso tale obiettivo, anche se parziale, genererà comunque la consapevolezza di aver bisogno di aiuto per alcune cose, il che consiste comunque in una conferma del raggiungimento di un grado maggiore di autonomia rispetto a prima. La ricerca dell'autonomia, inoltre, non è solo un percorso di liberazione dal controllo di famiglie, tutor e comunità ma anche di stimolo ad impegnarsi per limitare l'impatto del proprio disagio ed evitare che ne

conseguano abusi. Più autonomia significa più l'autostima e riduzione delle cause di stress, al contrario le tutele perpetuano, sia direttamente che indirettamente, lo stigma sociale, generando, attraverso la consapevolezza del proprio stato, la sensazione continua di essere impediti nello sviluppare abitudine alla gestione della propria vita quotidiana e sociale, quindi incertezza e paura sul proprio futuro. Il cohousing è uno strumento che va sicuramente potenziato, perché consente la maggiore autonomia possibile a chi non è nelle condizioni di vivere completamente da solo, ma vuole uscire dalle comunità.

SECONDO PUNTO: PERCORSI GARANTITI.

I progetti di cura e i trattamenti farmacologici destinati agli utenti devono essere fondati sulla prospettiva di avere un inizio e una fine, perché molte persone con disagio mentale, attraverso una efficace presa in cura, possono uscire dall'ambito psichiatrico. I farmaci vanno presi solo finché servono, altrimenti si diventa dipendenti da essi con gravi effetti collaterali. In America con i farmaci di seconda generazione si fa un percorso di 4-5 anni, specie con la schizofrenia, ma poi si rientra in una vita normale, e questo dovrebbe essere preso ad esempio. Va inoltre compresa e rispettata la decisione di utenti debitamente coscienti di rifiutare l'assunzione di psicofarmaci per tutelare la coscienza di se stessi e delle proprie abilità.

TERZO PUNTO: IMPORTANZA DI UNA COMUNICAZIONE EFFICACE E SINERGICA TRA UTENTI E ISTITUZIONI.

Le difficoltà nelle relazioni familiari, la perdita dei genitori, e il verificarsi di questi eventi durante l'adolescenza, o in concomitanza con momenti negativi della vita lavorativa e sociale, hanno un peso determinante nell'insorgere del disagio mentale; conseguenze rilevanti e durature possono essere un'autoresponsabilizzazione precoce ed eccessiva, che porta a fare scelte sbagliate, un livello basso di istruzione, che rende difficile l'inserimento lavorativo e quindi l'autonomia, minando l'autostima e favorendo la discriminazione, e l'insorgenza di stati di esaurimento nervoso che possono essere non percepiti per tempo nella loro gravità, e quindi non curati adeguatamente, dall'utente assorto nella sua quotidianità. Quando si verificano a causa di eccessivo stress o di shock, casi di uscita temporanea dalla vita lavorativa e sociale, è fondamentale, per potervi rientrare, che gli utenti prima ricevano la giusta cura nei Centri di Salute Mentale, e quindi siano sostenuti e stimolati, in un percorso graduale di recupero, da una comunicazione efficace con le associazioni e le istituzioni preposte all'assistenza sociale e all'impiego

mirato.

QUARTO PUNTO: OFFERTA DI LAVORO INSUFFICIENTE E DI LIVELLO QUALITATIVO MOLTO BASSO.

Questo argomento, legato al precedente, concerne l'insufficiente quantità e qualità di strumenti a disposizione degli utenti per un soddisfacente e duraturo inserimento nel mondo del lavoro. Le mansioni offerte sono ancora poche, le borse lavoro si susseguono con discontinuità e si protraggono per molto tempo, caratterizzate spesso da organizzazioni approssimative, spesso le attività lavorative vengono svolte presso cooperative che hanno vita breve, ed il trattamento economico è molto basso: tutti questi aspetti ovviamente evocano precarietà e quindi stress negli utenti. La legge 68/99 è ancora ampiamente disattesa dalle aziende, e questo costituisce un'altra conferma del perdurare dello stigma verso il disagio mentale. Le regole delle istituzioni a tutela della privacy, anche se intenderebbero tutelare gli utenti, finiscono anche per danneggiarli, impedendo od ostacolando la nascita e lo sviluppo di nuovi tipi di collaborazione e di nuovi strumenti di interazione ad alto tasso di modernità tra l'esistente pubblico e le realtà associative, al fine di monitorare complessivamente sul territorio le abilità disponibili, potenziarle in modo mirato con adeguati corsi di formazione, e quindi allineare il più possibile la preparazione degli utenti alle esigenze presenti del mercato del lavoro, rendendoli così competitivi e idonei a rispondere ad offerte provenienti non soltanto dagli uffici di collocamento disabili. Questo obiettivo di lungo periodo necessiterebbe della creazione di una banca dati degli utenti di tutto il territorio, base indispensabile per lo studio di nuove forme di lavoro adeguate alle richieste di mercato e alle tipologie di disagio presenti, e consentirebbe un maggiore e migliore controllo delle risorse destinate all'impiego per gli utenti con disagio mentale, nonché dell'efficienza delle fasi del processo di incontro tra domande e offerte di lavoro.

QUINTO PUNTO: SERVONO PIU' RISORSE PER SPAZI ED ATTIVITA' DI SOCIALIZZAZIONE.

E' necessario favorire ed incrementare spazi ed attività dove gli utenti possano comunicare liberamente, affinare il linguaggio critico ed introspettivo, approfondire la comprensione reciproca per fortificarsi intellettualmente e facilitare contemporaneamente la creazione di relazioni umane utili, oltre che per il perseguimento di obiettivi comuni e dei propri interessi, anche per il soddisfacimento almeno parziale dei bisogni affettivi, che sono primari. E' importante tenere costantemente presente che all'origine del disagio

mentale degli utenti ci sono spesso traumi affettivi difficili da superare, ferite ancora aperte con conseguenze rilevanti sul presente, e che le opportunità offerte dall'autoaiuto, dalla pratica dello sport e di attività creative ed artistiche per evitare l'isolamento e reintegrarsi nella vita sociale, sono fondamentali per evitare che gli utenti rivolgano i propri pensieri in modo ossessivo alla propria condizione di disagio, e che percepiscano un presente e un futuro senza vie di uscita, in definitiva che incorrano nella cronicizzazione dei propri traumi.

SESTO PUNTO: L'UTENTE DEVE ARRIVARE A PORRE UN LIMITE CHIARO TRA BISOGNO E FABBISOGNO.

L'utente ha necessità di giungere a stabilire un confine chiaro tra il proprio bisogno e il proprio fabbisogno, ovvero di rendersi conto di quali tra le proprie aspettative hanno concrete possibilità di realizzazione, in quanto una percezione indefinita e confusa genera un martellante conflitto interiore quotidiano. In definitiva, è importante per il benessere mentale dell'utente che egli capisca in che modo possa riuscire ad avvicinare le proprie aspettative a risultati tangibili e duraturi su cui poterne poi costruire altri, in quanto più risultati accrescono l'autostima, mentre aspettative eccessive rispetto alle proprie risorse sono fonte di delusioni, e producono a loro volta stress, ansia e negatività.

La prossima riunione è fissata per giovedì 29 marzo alle 10.30 sempre nella sede della PRATO.

Nella riunione verrà vista la bozza per il patto per la salute mentale inviata dal dottor Vaggi il programma dell'evento del 7 maggio e della settimana del convegno.

p.s. In tale riunione non devono essere presenti uditori, è una riunione solo di utenti: il clima simile a quello dell'auto aiuto richiede il rispetto di questa regola senza eccezioni. (La bozza del documento che verrà preparato sarà comunque inviato al coordinamento)

Il verbale è stato scritto da Bernardo di Idee Diverse condiviso da Emilia Federico Paola Valter e Roberta della PRATO che hanno aggiunto la correzione del ruolo di Roberta nella riunione. Letto e condiviso anche da assenti alla riunione.

VERBALE RIUNIONE UTENTI DEL 5 MARZO 2018