

La mia esperienza è connessa ad un lavoro interstiziale agito a livello territoriale per curare gli spazi operativi non presi in considerazione dal servizio pubblico nonostante i segnali evidenti di bisogni psicosociali.

Di seguito cerco di trattare le attività svolte in progress:

## **1. SERVIZIO DI EMERGENZA TELEFONICA PER LA PREVENZIONE DEL SUICIDIO**

Attualmente la situazione di crisi economica nazionale con la perdita di posti di lavoro ha incrementato in chiave esponenziale il disagio psichico fino a far compiere a molti gesti estremi di tipo auto-soppressivo.

Il tasso di mortalità per suicidio stimato dall'OMS è di 14,5 su 100.000 abitanti.

Il fatto che esistano cause multiple per il comportamento suicidario, implica che *l'azione preventiva debba essere applicata su diversi fronti e che ognuno di questi provvedimenti sia capace di indurre benefici, determinando la riduzione del rischio di suicidio.*

L'attivazione di numeri telefonici gratuiti è una delle modalità utilizzate in tutto il mondo da enti ed associazioni di volontariato sia per offrire informazioni, consigli e supporto psicologico a coloro che vivono situazioni di abbandono/ depressione/angoscia/solitudine, sia per rispondere a bisogni talvolta urgenti della popolazione, sia ancora per diffondere la cultura della prevenzione per tutte le situazioni di disagio psicologico e sociale.

Il gruppo di volontari di cui faccio parte si è fatto promotore di un Servizio di Emergenza Telefonica: servizio "MOMO" ( dal nome del libro di Michael Ende, in cui la piccola Momo con l'ascolto compie una rivoluzione comunicativa nella piccola città, vincendo gli "uomini grigi", che rubano il tempo della comunicazione). Esso ha come obiettivo quello di rispondere – a mezzo telefono - a coloro che vivono il ritiro sociale, uno stato di demoralizzazione o che non pensano di poter esprimere le proprie problematiche a persone conosciute, perché potrebbero essere identificati.

Le telefonate solitamente trattano i problemi del quotidiano come : la solitudine, il lavoro, la relazione genitori – figli, le relazioni sentimentali, le crisi esistenziali, le malattie croniche e terminali, la droga, la violenza, ecc.

Il servizio MOMO, inoltre, cerca di migliorare il livello di comunicazione interpersonale, e nei casi estremi avvia gli interlocutori presso i Servizi territoriali competenti

Il numero **3245538188** è attivo 24 h 7 giorni su 7 l'apertura , rappresenta un mezzo diretto per accedere ad una rete di supporto sociale e psicologico.

I turnisti provengono dal mondo del volontariato ( psicologi, educatori professionali, tecnici della riabilitazione psichiatrica, familiari degli utenti) e sono professionalmente formati e supervisionati dalla dr. Pinto, psichiatra e psicoterapeuta, per essere efficaci nelle risposte ed indirizzare in maniera corretta i fruitori, rispettando il diritto alla privacy.

È fondamentale nella relazione di aiuto sviluppare l'empowerment del beneficiario per renderlo protagonista attivo della conversazione telefonica.

Inoltre è in funzione uno sportello che consenta l'ascolto attivo ed empatico per le persone richiedenti l'incontro diretto con psicologi, counsellors, avvocati ecc....

Inoltre, per agire nel sociale si svolgono le seguenti attività:

1. **LA CAPILLARE DIFFUSIONE DEL NUMERO 2345538188** mediante Spot da mandare in onda attraverso i mass media e locandine da distribuire sia attraverso le associazioni di volontariato, le Associazioni degli utenti e familiari, gli Ordini dei Medici, psicologi e Farmacisti;
2. **PROGRAMMI PSICO-EDUCATIVI** per gli agenti intermedi di cambiamento : Volontari;
3. **PROGRAMMI PER COLORO CHE INTERCETTANO IL DISAGIO:** sacerdoti, educatori, allenatori, poliziotti, assistenti domiciliari e medici.
4. **INTERVENTI NEI CONFRONTI DEI MEZZI DI COMUNICAZIONE** (Stampa, radio televisione) per evitare il fenomeno della emulazione .

5. **GRUPPI DI AUTOMUTUOAIUTO** per familiari per la elaborazione del lutto e per i sopravvissuti.

*Oltre alla linea telefonica per raggiungere le fasce giovanili si è pensato di offrire un'opportunità attraverso :*

- SKYPE senza l'uso del video: servizio.momo
- *Face book: momo servizio telefonico emergenza*
- *Indirizzo e-mail:serviziomomo@libero.it*

L'impegno dei volontari è straordinario vuole essere un segno tangibile di solidarietà e disponibilità all'ascolto, un vero spiraglio di luce nel buio della crisi attuale.

**La mia richiesta è quella di diffondere il numero telefonico 3245538188** per dare opportunità di aiuto a coloro che necessitano di attenzione ed ascolto.

## **2. I GRUPPI DI AUTO MUTUO AIUTO**

L'acronimo GAMA sta per Gruppo di Auto Muto Aiuto e nasce dall'intenzione di creare spazi di condivisione fondati sulla base della conoscenza reciproca e delle emozioni messe in atto dall'interazione fra persone. Si tratta di una piccola struttura, animata da volontari che hanno seguito un apposito corso di formazione, e da professionisti del settore. Il GAMA prevede un livello di partecipazione alla pari fra i tutti i componenti, utenti e operatori, che mirano insieme a superare una delle tante forme di disagio oggi presenti nella realtà quotidiana.

L'incontro consente lo scambio di esperienze, crea conoscenza più profonda, tanto che si diventa capaci di esprimere le proprie difficoltà e di sostenersi reciprocamente. Si scopre così che non sono importanti le proprie debolezze, ma i punti di forza e le risorse che lo stare insieme attiva attraverso l'auto-mutuo aiuto. Il gruppo diventa cassa di risonanza del bisogno di ciascuno nel rispetto delle opinioni di tutti, che possono circolare liberamente. Nessuno, infatti, si sente giudicato, ma ognuno coglie l'opportunità nel dialogo di sviluppare una maggiore capacità critica e di riflessione sui propri comportamenti, incrementando la stima nelle proprie abilità.

La focalizzazione è sul presente in modo da poter fronteggiare meglio la quotidianità e modificare il futuro. Il processo di socializzazione brevemente tracciato è facilitato proprio dal gruppo che è come una porta aperta alla solidarietà, alla condivisione e alla fiducia.

Spesso, infatti, una malattia organica o psichica va a ledere profondamente l'immagine di sé, crea chiusura e isolamento con forte impatto sul quotidiano e sulla vita di relazione: nasce da questa realtà il sogno dei GAMA.

L'essere accettati, accuditi è fonte di sostegno reciproco e offre la possibilità di creare relazioni empatiche. Ogni componente, infatti, può apportare un suo peculiare contributo sia con suggerimenti specifici, che con valori o idee da condividere. Il sostegno reciproco attivato fra persone che vivono uno stesso stato di bisogno e di sofferenza, giova sia alla persona che viene aiutata, sia alla persona che in quel momento aiuta. Ecco il valore del termine auto-mutuo aiuto. Il motto che guida ogni GAMA è infatti *"Tu solo ce la puoi fare (auto), ma non ce la puoi fare da solo (mutuo)"*.

Il ruolo del facilitatore o del conduttore del gruppo consiste nell'incoraggiare la reciproca integrazione, proteggendo l'identità individuale dei membri, rifuggendo dal proporsi come guida autoritaria. La capacità richiesta è armonizzare le abilità di ciascuno, fornire supporto emotivo e rinforzo al singolo perché utilizzi le proprie esperienze personali in un clima coeso e sicuro, credendo nel cambiamento.

Questo tipo di intervento potrebbe essere **diffuso specie nell'ambito ospedaliero** per pazienti con patologie croniche.

## **3. I GRUPPI ALLARGATI PER LA CULTURA DELL'INTEGRAZIONE PER I GRUPPI DI AUTO-MUTUO-AIUTO**

I gruppi di auto-mutuo-aiuto in rete necessitano di costruire un network allargato fatto di scambi esperienziali. Tutto ciò si è potuto sviluppare nella misura in cui i GAMA (n.10) si è colta la convenienza di

poter collaborare, di creare valore pubblico attraverso la connessione in rete dei GAMA, di concepire un'idea strategica condivisa, costituendo in questo modo una prima aggregazione informale.

I pilastri su cui si è basata l'aggregazione dei GAMA sono stati:

- **la Fiducia** nel generare nuove connessioni per la costituzione una nuova meta-organizzazione a sé stante,
- **la manutenzione della rete** mediante il riconoscimento reciproco in termini paritari e nel contempo di autonomia, il rispetto di specificità, le conoscenze e competenze proprie ad ognuno dei gruppi, l'assunzione della corresponsabilità, l'assicurazione della rappresentatività, la creazione di valore pubblico (servizio di cittadinanza) attraverso la connessione in rete, la ricerca di un'idea strategica condivisa, costituendo in questo modo una prima aggregazione informale.

Si è giunti a rappresentare un Modello Integrato attraverso la contaminazione di modelli, il recupero di maggiore sapere di confine fra branche specialistiche fino a giungere ad un approccio globale del disagio.

Il tutto è stato reso possibile nella cornice del Gruppo Allargato (GA) utilizzato come strumento per lo sviluppo del processo di integrazione dei GAMA.

Il GA ha due aspetti straordinariamente potenti: in primo luogo possiede un'enorme capacità di generare emozioni ingovernabili di frammentazione e di dispersione.

È soprattutto un apparato di pensiero altamente sensibile, che consente l'allargamento della coscienza e dell'attenzione.

L'incontro comunitario rappresenta la creazione di un sistema sociale nuovo, che accetta come proprio problema fondamentale il controllo, il contenimento ed il trattamento di problematiche psico-sociali.

La struttura socio-terapica permette lo spiegamento di quelle funzioni di riflessioni, di pensiero di contenimento di ansia e di trasformazione delle interazioni di processi di gruppo da primitivo e maturo.

Il gruppo è il luogo in cui si sperimenta:

- La condivisione, che allevia lo stato di disagio e che fa decantare la sofferenza soggettiva;
- Il superamento dell'isolamento;
- La opportunità di vivere relazioni autentiche di verifica e di ripresa di speranza;
- Lo studio delle interazioni fra ruoli e le funzioni diverse in un contesto comune.

Inoltre, il GA ha consentito di esperire le dinamiche inconsce e collettive dei GAMA e di innestare altri processi, modificando le mappe mentali soggettive ed ha prodotto un vero cambiamento culturale.

#### 4. FEDE E SCIENZA MEDICI A CONFRONTO

Mi sembra che **teorie tendenti alla frammentazione dell'essere umano**, abbiano trovato spazio, considerazione e protezione da parte della medicina convenzionale. Difatti, le ultraspecializzazioni, pur avendo assicurato l'esplorazione certosina di ambiti poco perlustrati dalla medicina classica, tuttavia hanno impedito la **visione olistica del malato**. Per questo è fondamentale che le competenze scientifiche e i diversi saperi lavorino in sinergia.

Di qui nasce il bisogno di assicurare un processo di **interazione-integrazione** fra ambiti di competenze diverse e complementari, per uno studio multidisciplinare e per creare ponti e scambi di confine, che potrebbero arricchire il "know-how" clinico di tutti.

Per di più, la persona umana è composta da **componenti biologiche, psichiche e spirituali** e spesso l'ultratecnicismo e la cultura scientifica, portata alle estreme conseguenze, traccia muri invalicabili fra questi ambiti. Di fatto tutto ciò che non è dimostrabile scientificamente viene considerato poco importante e da trascurare. Inoltre, lo "psichico" ed lo "spirituale" viene recepito con diffidenza dalla classe medica, anche se esistono ricerche di frontiera, che cercano di esplorare questi settori visti solitamente in chiave "suggestiva e misterica".

Dialogando in incontri informali con colleghi specialisti in altri settori ho verificato che molti di essi hanno accumulato una serie di intuizioni mai esplicitate. Di fatto per essere "scientifici" si rifugge nella pratica clinica dall'intuizione soggettiva, però essa rimane un sapere "*incomunicabile e non divisibile*".

Considero interessante che **colleghi desiderosi** di approfondire tematiche di confine possano **mettersi in rete** mediante incontri periodici su temi specifici da concordare insieme, ma anche per scambi esperienziali su eventi clinici relazionali con pazienti "*particolari*".

A Bari si è già costituito un piccolo nucleo di colleghi con un fisico motivati ad individuare tematiche interessanti e filoni di approfondimento comuni . I risultati in progress saranno diffusi.

Dr. Rosa Pinto