

## Cos'è la guarigione?



### di Federico Scarpa

*Federico è stato un collaboratore attento e prezioso del Forum salute mentale. Ha introdotto parole ed esperienze che hanno dato e danno senso alle ragioni stesse di quanti operano nel campo della salute mentale e si battono per opporsi al rischio di perdita di diritti, libertà e dignità di coloro che vivono l'esperienza.*

*Il Forum intende, oggi, ripubblicare in tre parti un suo testo, scritto a conclusione di un percorso di formazione e conoscenza sulle possibilità di*

*rimonta e di guarigione, un lavoro che si è sviluppato attraversando i centri di salute mentale di Trieste e che si è concluso con un documento molto ricco e articolato. Qui Federico, a nome degli altri componenti, si propone di pubblicare il risultato del lavoro del gruppo.*

*I contributi di Federico in forma saggistica, narrativa e documentaria sono numerosi. Sarà impossibile non tenerne conto.-*

**1) Stare nel mondo** A molte persone che stanno vivendo momenti di grandi difficoltà la guarigione potrebbe apparire qualcosa di impossibile, alcuni nutrono ancora molti dubbi sul parlare di guarigione; noi crediamo invece che si debba immaginare ciò che vorremmo, che si debbano fissare obiettivi a breve, medio e lungo termine, che la guarigione dovrebbe essere l'orizzonte verso cui muoversi, proprio come l'utopia.

Tuttavia la realtà è mutevole e sfuggente. Ogni caso fa storia a sé, ogni situazione è differente e le esigenze sono tante e di tutti i tipi. Ecco la difficoltà fondamentale: la salute mentale è un fatto puramente soggettivo. Non esistono due persone uguali, non esistono due casi uguali, due ricette uguali. Ecco perché si parla di "servizio tagliato su misura".

**Ma cos'è la guarigione?** Esistono persone guarite? Nelle cartelle cliniche è mai stato scritta questa parola: guarito/a?

Il **Gruppo Recovery** è giunto alla conclusione che si arriva alla guarigione attraverso tappe diverse: assistenza nella crisi, farmaco, volontà della persona che sta male di risolvere il problema, capacità della persona che sta male di riconoscere il problema, ricostruzione o potenziamento della rete sociale, imparare a "stare nel mondo".

Per molti "**stare nel mondo**" significa conformarsi o omologarsi, ma tutti dovremmo accettare il fatto che "stare nel mondo" non significa propriamente questo, significa invece iniziare a capire l'altro, gli altri punti di vista, saper mediare tra ciò che è e ciò che vorremmo.

Siamo consapevoli che si tratta di un processo di maturazione che fatica a fare anche una persona che non ha avuto una psicosi o una depressione, ma è l'unico processo evolutivo possibile non solo per le questioni della salute mentale. Il mondo è luogo complesso, confuso, competitivo e dobbiamo imparare a vivere e sopravvivere in un simile contesto. Ecco cos'è "stare nel mondo", ecco cos'è guarire.

(continua)

## 2) Il bisogno di umanità

Quando per la prima volta si presenta una crisi ci troviamo improvvisamente soli, è come vedersi crollare il mondo addosso e spesso non siamo noi ad accorgercene per primi, spesso sono i nostri parenti, amici o colleghi di lavoro ad accorgersi che qualcosa non va.

**La crisi** è come una disgregazione dell'io, non siamo più in sintonia con il mondo, quello che vediamo e viviamo non trova riscontro con la realtà.

Siamo fragili, indifesi, storditi da ciò che ci sta accadendo. La rete sociale comincia a disgregarsi più o meno lentamente mentre tutto attorno il mondo continua a correre inarrestabile. Verso dove non è dato a sapersi. Il lavoro, se c'è, si allontana più o meno improvvisamente. Il cibo cambia sapore, come le relazioni, la televisione, i giornali. La crisi è una rivoluzione. Ecco che la presenza di un servizio di salute mentale efficiente risulta di vitale importanza soprattutto nel momento di crisi. Come risulta necessaria, soprattutto nella fase acuta, la terapia farmacologica.

La crisi può essere provocata da un trauma, da un lutto o da un repentino cambiamento ma come è stato detto durante un incontro del Gruppo Recovery in un **Centro di Salute Mentale**, la crisi è soprattutto un segnale. E' un segnale che ci indica che la strada fin qui intrapresa ci ha condotto verso grandi difficoltà, che le nostre azioni, i nostri pensieri e le nostre convinzioni andrebbero rivisti. Ecco che durante gli incontri del Gruppo Recovery è emersa tra le persone che frequentano i Centri l'esigenza di incontrare persone e operatori che abbiano un'importante esperienza di vita, che siano prima di tutto uomini capaci di ascoltare e dare risposte. E' stato detto provocatoriamente che nei Centri ci vorrebbero anche degli sciamani, persone in grado di dare non solo risposte tecniche o farmacologiche, ma anche risposte filosofiche e spirituali. Perché la ricostruzione del sé può avvenire soprattutto attraverso un dialogo sincero tra la persona che soffre e chi vuole aiutarla.

Certo, come abbiamo già detto, ogni persona ha la sua storia, le sue esigenze, i suoi sogni e le sue speranze. Ogni persona ha capacità e conoscenze diverse, si trova in stadi diversi. Tuttavia c'è un filo comune tra le innumerevoli testimonianze che abbiamo ascoltato durante i quattro incontri: **il bisogno di umanità**. Umanità che si traduce nell'ascolto, nella fiducia, nella condivisione, nell'apertura mentale, nella pazienza e molto altro. Emerge quindi chiaramente, in un percorso di ripresa e di guarigione, la necessità di incontrare un servizio accogliente, non istituzionale, multidisciplinare e flessibile.

"Ridurre la dissociazione che molti da tempo avvertono tra enunciati e pratiche nel campo delle politiche della salute mentale è il motivo fondante la proposta di lavoro del Forum per la Salute Mentale di cui abbiamo voluto la nascita e proponiamo qui lo sviluppo..."

Fonte: **Forum salute mentale**

pubblicato su:

