

## **LE ATTIVITÀ DI REDANCIA PO CPM**

Il percorso terapeutico/riabilitativo individuale, negoziato e condiviso con il paziente, comprende interventi psichiatrici, psicologici e riabilitativi periodicamente rivalutati.

Per ogni paziente viene individuato e concordato tra la Comunità, gli inviati del Servizio Territoriale di competenza ed il paziente stesso un Piano Terapeutico Riabilitativo che deve conciliare attività terapeutiche, riabilitative e ludiche, focalizzando alcuni obiettivi realistici sui quali concentrare gli sforzi. Per perseguire tali obiettivi si ritiene essenziale la collaborazione con il Servizio inviante, attraverso incontri periodici trimestrali, revisioni e indicazioni di nuovi obiettivi e verifiche nel tempo.

Il progetto specifico del paziente viene formulato ponendo gli obiettivi all'interno di specifiche aree, così formulate da Spivak:

- a.** asse Cura del SE';
- b.** asse Lavoro;
- c.** asse Ricreativo-Sociale;
- d.** asse Abitazione;
- e.** asse Famiglia;

Ogni paziente viene affiancato da una mini equipe di riferimento composta da più operatori che seguiranno, insieme allo psichiatra, le varie fasi di progettazione degli interventi terapeutico-riabilitativi a partire dalla fase di osservazione nel primo periodo dopo l'ingresso in struttura, e si prenderà cura di

lui soprattutto nelle fasi iniziali dell'inserimento e dell'ambientazione, aiutandolo nelle necessità quotidiane, motivandolo al rispetto dei compiti ed eventualmente accompagnandolo nelle prime esposizioni esterne. Il paziente sarà così seguito a livello psichiatrico, psicologico ed infermieristico.

Momento essenziale della vita di Comunità è **l'assemblea generale** di operatori e ospiti, spazio che offre l'occasione per decisioni partecipate, evidenzia problemi comuni-pratici ed emotivi-relazionali e consente di discuterne le soluzioni, favorendo la costruzione della Comunità come un "tutto coerente".

Le attività proposte in comunità nascono al fine di poter soddisfare un'utenza eterogenea; nello specifico, ai colloqui individuali si affiancano attività gruppalì che prevedono la possibilità di approcciare il paziente in termini clinico-riabilitativi, risocializzanti e professionalizzanti.

Le attività gruppalì proposte dalla Redancia Po si articolano su differenti assi e divengono parte integrante del Piano Terapeutico Riabilitativo Individuale. Le attività, affidate ciascuna ad un conduttore specializzato, sono molteplici e la loro scelta è affidata a una contrattazione che rispetti da un lato la volontà del paziente e dall'altro l'indicazione clinica della mini-equipe. Le attività gruppalì si articolano in gruppi a stampo maggiormente riabilitativo (che vengono effettuati sia all'interno che all'esterno della struttura) e gruppi ad impronta psicoterapica in senso stretto volte a favorire l'accesso al mondo interno del paziente. Il modello psicodinamico proposto si integra a strategie di tipo cognitivo-comportamentale, con lo scopo di creare uno spazio che contiene un gruppo di persone capaci di dialogare tra loro e di riconoscere vissuti individuali all'interno di uno spazio gruppalì.

Ciascun paziente è, inoltre, aiutato ad utilizzare il proprio tempo libero in modo finalizzato e piacevole e viene in questo indirizzato e supportato dagli operatori i quali devono tenere presenti le potenzialità, i limiti e le inclinazioni individuali.

Infine, Redancia Po si propone di esplorare attività esterne finalizzate all'inserimento lavorativo avvalendosi delle opportunità che la vigente legislazione offre per il lavoro protetto.

Un'attività specifica è deputata anche al coinvolgimento delle famiglie, in un tentativo dialettico di conciliare i sentimenti spesso ambivalenti e le esigenze del

cammino terapeutico. Il gruppo multifamiliare rappresenta un momento centrale della relazione tra operatori, famigliari e ospiti: i familiari, i pazienti e gli operatori creano gruppi generazionali in cui il paziente è considerato portatore di "cultura". Da qui nasce la necessità di creare un contesto di relazioni sufficientemente ampio, che favorisca un processo di separazione dai meccanismi di interdipendenze patologiche e patogene e di emersione di virtualità sane e individuali. Il gruppo è a cadenza settimanale e la durata è di settantacinque minuti.

### **Interventi psicoterapeutici:**

- **Un colloquio/settimana** per paziente con psichiatra di riferimento.
- **Un colloquio/settimana** per paziente con operatore di riferimento.
- **Laboratorio autobiografico:** condotto da un operatore psicologo, la finalità è permettere ai partecipanti di ricostruire la propria storia personale, consentendo la ripresa del suo corso, spesso arrestato dall'insorgere della malattia e dalla conseguente permanenza in Comunità. Obiettivi: 1. stimolare la capacità rievocativa per far emergere vissuti ed emozioni. 2. aumentare la consapevolezza della propria storia personale. 3. promuovere la capacità di attribuzione di senso all'esperienza vissuta. 4. sostenere la progettualità verso il futuro. 5. imparare a stare in gruppo e trarne forza grazie alla condivisione ed al confronto.
- **Photolangage:** condotto da due operatori della comunità a cadenza quindicinale, prevede di riunire un numero ristretto di partecipanti, circa 10/15 ospiti, con lo scopo di approfondire tematiche prestabilite, rendendo partecipe ogni singolo membro nel raccontarsi attraverso la scelta di una fotografia. L'attività è suddivisa in due momenti, durante il primo i partecipanti possono camminare intorno ad un tavolo sul quale sono state disposte le foto, rilevante è la scelta che ogni singolo partecipante fa, il tutto si svolge in silenzio e con la libertà di camminare nello spazio. Il secondo momento è caratterizzato invece dall'ascolto e dalla condivisione con gli altri. Il ruolo degli psicologi è attivo poiché partecipano all'attività, sostengono i partecipanti nel tollerare l'ansia che inizialmente si potrebbe

creare e favoriscono l'apertura al dialogo, lasciando spazio alle emozioni che emergono. Questo metodo facilita la presa di parola di fronte al gruppo, sostiene le interazioni, le produzioni immaginarie nella loro dimensione individuale e gruppale e favorisce gli scambi identificatori. Obiettivi specifici: 1. permettere la costruzione di un gruppo, facilitare l'incontro, la comunicazione, l'espressione di vissuti emotivi ed esperienziali. 2. aiutare il soggetto a prendere coscienza del proprio punto di vista, incoraggiandolo nella condivisione della propria opinione davanti agli altri e nella messa in discussione di quest'ultima per possibili pareri discordanti. 3. ad ogni membro del gruppo risulta più facile raccontarsi tramite l'utilizzo di una fotografia piuttosto che parlare direttamente di sé stessi agli altri. 4. oltre al problema/tema proposto possono emergere degli stereotipi e una discussione su ciò che rappresentano per i partecipanti.

### **Interventi socio-educativi:**

- Partecipazione giornaliera all'inizio della giornata, in orario stabilito, ad un gruppo di organizzazione delle attività della giornata, delle uscite e del tempo libero condotto dall'operatore di turno (**Gruppo mattino**). Obiettivi: 1. creare un momento quotidiano e strutturato che permetta al soggetto di acquisire capacità di gestione dei tempi di attesa ed abilità di organizzazione del proprio tempo. 2. aumentare la capacità di partecipare a situazioni sociali di quotidianità. 3. fornire, attraverso l'affiancamento di un operatore, un sostegno a quegli ospiti che, in particolar modo al mattino, manifestano difficoltà nell'organizzazione del quotidiano. 4) fornire un'organizzazione strutturata della giornata rispetto a contingenze comunitarie quali i turni quotidiani e la lettura del menù giornaliero ed eventuali eventi straordinari avvenuti durante la notte. 5) responsabilizzare gli ospiti rispetto all'assunzione di compiti e ruoli in comunità. 6) incentivare il momento del gruppo del mattino come momento di condivisione e nello stesso tempo come momento di confronto. 6) creare una cultura di gruppo che sarà specifica in ogni singola villetta.

- Partecipazione settimanale ad un gruppo, condotto dall'operatore in turno, relativo all'organizzazione delle attività di gestione della casa: pulizia degli spazi comuni, turni per la preparazione della tavola, turni per la spazzatura e per altre piccole incombenze della vita quotidiana (**Gruppo organizzativo**). Obiettivi: 1. aumentare il senso di appartenenza alla CP attraverso l'assegnazione di compiti specifici. 2. sviluppare capacità di riconoscere il disagio ed il bisogno dell'Altro, facendosi carico di mansioni assegnate ad un altro ospite qualora quest'ultimo si trovi in difficoltà. 3. favorire lo sviluppo di competenze nella gestione dell'organizzazione domestica. 4. fornire un'organizzazione strutturata della settimana rispetto alle mansioni specifiche in accordo con gli impegni di ciascun ospite. 5. accogliere eventuali dinamiche tra gli ospiti rispetto alla gestione dell'organizzazione delle mansioni settimanali. 6. responsabilizzare gli ospiti rispetto all'assunzione di compiti e ruoli in comunità. 7. creare una cultura di gruppo che sarà specifica in ogni singola villetta che prevede una collaborazione e un'assunzione di responsabilità rispetto al funzionamento pratico dell'intera villetta.

### **Partecipazione settimanale a gruppi con finalità terapeutico-riabilitative:**

- **Gruppo cucina**: il gruppo ha una frequenza settimanale e si conclude con la presentazione a tavola dell'aspetto più concreto e tangibile del lavoro ivi svolto: il pasto. Il gruppo è composto da un operatore della CP e da un numero fisso di partecipanti, i quali hanno deciso insieme ai propri referenti di includere questa attività nel loro progetto riabilitativo. Obiettivi generali: 1. favorire l'acquisizione da parte dei partecipanti di tutte quelle modalità di relazione necessarie per potersi sentire capaci di stare in contatto con gli altri, di accettare il confronto, di sperimentare la condivisione e la differenziazione tra sé e l'altro. 2. acquisizione di una conoscenza di base della materia prima, ovvero degli alimenti, delle loro caratteristiche organolettiche e nutrizionali e delle modalità attraverso le quali possono essere cucinati ed abbinati. Obiettivi specifici: 1. apprendimento della conoscenza degli alimenti, delle loro proprietà nutritive, organolettiche,

caloriche e dei benefici che talune sostanze presenti in essi possono portare per risolvere talune disfunzioni legate agli effetti collaterali della terapia farmacologica quali, ad esempio, stipsi ed aumento ponderale. 2. acquisizione delle conoscenze relative ai metodi, ai tempi ed agli strumenti necessari per la preparazione e la cottura delle materie prime. 3. acquisizione delle norme igienico-sanitarie necessarie per la preparazione di una pietanza e delle norme relative alla adeguata conservazione degli alimenti. 4. acquisizione delle conoscenze relative al lavaggio accurato degli alimenti, in special modo degli ortaggi e della frutta. 5. acquisizione delle conoscenze necessarie all'utilizzo con sicurezza e precisione degli strumenti principali usati in cucina. Il metodo di conduzione del gruppo prevede che il conduttore svolga una funzione di mediazione, facilitazione e supporto per lo sviluppo di modalità relazionali funzionali e costruttive, nonché di contenimento nel caso in cui si mobilitassero dinamiche troppo conflittuali.

- **Arteterapia:** il gruppo avviene a cadenza settimanale ed è condotto da un arteterapeuta consulente. Obiettivi: attraverso l'utilizzo di diversi materiali, a seconda delle affinità e delle esigenze del paziente (creta, carta, fogli e matite, acquarelli, legno etc.), viene stimolata la libera espressione del proprio mondo interno e la comunicazione non-verbale dei propri stati d'animo. Lo scopo è di sostenere un rafforzamento dell'io e delle difese e di aiutare a rimuovere, dove possibile, atteggiamenti severamente autogiudicanti, usando l'attività artistica come occasione di contatto con le parti di sé più profonde e significative. A volte il paziente porta la propria difficoltà a relazionarsi e l'attività espressiva è un nuovo modo di mettersi in relazione con gli altri attraverso il piacere di lavorare insieme, l'ammirazione reciproca delle opere realizzate, i piccoli gesti di solidarietà. Si promuove di valorizzare le potenzialità di ogni partecipante e di stimolare le capacità creative individuali, all'interno di uno spazio accogliente e non giudicante. È inoltre importante favorire la relazione di gruppo. Il lavoro di arteterapia non è mai un lavoro di apprendimento

tecnico, sebbene il conduttore fornisca consigli, orientamenti, materiali ed indicazioni tecniche conformi ai bisogni di progresso dei partecipanti.

- **Programmazione economica/mercato:** il gruppo è strutturato su base settimanale e prevede la partecipazione a due momenti distinti: il primo di programmazione economica dei prodotti da acquistare e il secondo l'acquisto presso il mercato. L'obiettivo generale del gruppo è la risocializzazione con il contemporaneo riavvicinamento degli ospiti al territorio. Gli obiettivi specifici consistono: 1. favorire un miglioramento nella gestione economica. 2. sostenere e rafforzare le già presenti capacità di programmazione economica 3. sostenere e migliorare le capacità di riconoscimento dei bisogni.
- **Gruppo lettura giornali:** gruppo di confronto e discussione su tematiche sociopolitiche rilevanti, vista la risonanza emotiva e la complessa elaborazione cognitiva che certe notizie possono avere. È pensato con cadenza settimanale e a partecipazione libera (max 10 partecipanti). L'obiettivo principale del gruppo è favorire la comprensione cognitiva ed emotiva di tematiche ad elevata carica affettiva che potrebbero non essere pienamente elaborate dagli ospiti con più difficoltà. Un altro obiettivo è quello di coinvolgere gli ospiti in una realtà altra rispetto a quella della comunità, che per quanto possa essere vissuta come lontana li circonda e può permeare alcuni aspetti della loro quotidianità. Se necessario il conduttore darà delle spiegazioni più dettagliate o approfondite rispetto alla tematica scelta dal gruppo, cercando però di stimolare il più possibile il confronto tra gli ospiti per favorire lo scambio tra pari ed evitare che gli incontri siano vissuti come sorta di lezioni accademiche in cui vi è una semplice trasmissione di informazioni da una mente ad un'altra.
- **Gruppo menù:** il gruppo è a cadenza settimanale ed è condotte da un operatore della comunità con partecipazione libera da parte dei pazienti. Gli obiettivi principali sono: 1. rendere gli ospiti maggiormente consapevoli rispetto alle proprietà nutrizionali dei cibi. 2. acquisire le conoscenze per ottenere una dieta equilibrata. 3. Favorire la relazione e la condivisione nel gruppo.

- **Gruppo piscina:** attività esterna alla comunità tenuta da un operatore dell'equipe, di tipo risocializzante e riabilitativo ma finalizzata anche al mantenimento di una buona salute attraverso lo sport. Gruppo chiuso. Obiettivi: 1. incrementare la propriocezione e migliorare la conoscenza degli stimoli esterni che agiscono sul sé. 2. incrementare e sviluppare la coordinazione dei movimenti. 3. incrementare la sensazione di benessere derivante dallo sforzo fisico. 4. incrementare e sviluppare l'autostima derivante dal raggiungimento degli obiettivi prefissati nell'uscita specifica. 5. Incrementare e sviluppare la conoscenza delle proprie possibilità fisiche. 6. stimolare una maggiore consapevolezza del proprio corpo e dei propri movimenti, in molti casi compromessa da una vita poco stimolante dal punto di vista fisico, psichico e relazionale. È richiesta agli ospiti una capacità minima di approcciarsi all'acqua e una buona motivazione finalizzata al raggiungimento degli obiettivi sopra citati.
- **Montagnaterapia:** consiste nel camminare in montagna attraverso sentieri non impegnativi accompagnati da guide esperte del CAI di Vaprio d'Adda e da operatori della comunità. Gruppo a numero chiuso. Obiettivi: 1. favorire lo sviluppo di un senso di gruppo attraverso il raggiungimento insieme di un obiettivo comune. 2. recuperare abilità fisiche. 3. favorire momenti di socializzazione. 3. offrire opportunità di gratificazione e di identità in contesti non manipolabili come quelli della natura. 4. stimolare la curiosità.
- **Gruppo bellezza:** condotto da una operatrice psicologa, nasce dalla necessità di comprendere l'importanza di prendersi cura del proprio corpo per aumentare la qualità della vita; in tal senso è un gruppo riabilitativo a cui si aggiungono componenti risocializzanti in quanto i partecipanti collaborano e si scambiano opinioni. Obiettivo: porre attenzione alla cura del sé in modo autonomo e sviluppare una maggiore attenzione per il proprio corpo. 2. sviluppare la consapevolezza della cura del sé come aspetto fondamentale della recovery. 3. imparare a tollerare l'attesa per un appuntamento settimanale fisso e programmato 4. interazione con l'Altro



e i suoi bisogni. 5. confronto con le esigenze anche dell'altro sesso. 6. affrontare i preconcetti sulla cura del sé maschile.

- **Gruppo spesa:** gruppo tenuto settimanalmente da un op della comunità. Gruppo a numero chiuso. Obiettivi: 1. acquisire o aumentare le abilità di base quotidiane 2. imparare a gestire gli acquisti in base al menù prestabilito per la settimana, progettando settimanale la lista sia in base al menù sia alle risorse economiche date dal budget prestabilito. 3. favorire un miglioramento nella gestione economica. 4) sostenere e rafforzare le già presenti capacità di programmazione economica. 5) sostenere e migliorare le capacità di riconoscimento dei bisogni.

### **Interventi risocializzanti:**

- Partecipazione al **gruppo itinerante** in cui periodicamente si organizzano uscite fuori porta con rientro in giornata, la cui meta viene concordata con gli ospiti, con la partecipazione degli stessi e degli operatori della CP a turno. Obiettivi: 1. aumentare le capacità degli ospiti di mantenere comportamenti adeguati alla situazione. 2. aumentare il senso di appartenenza al gruppo attraverso la condivisione di esperienze differenti rispetto alla vita in CP. 3. aumentare la consapevolezza dell'importanza di avere un'adeguata igiene personale e un abbigliamento adeguato. 4. aumentare le capacità di gestione economica e di utilizzo dei mezzi di trasporto pubblici.
- Partecipazione al **gruppo gita** in cui periodicamente si organizzano uscite fuori porta di una durata di più giorni, con pernottamento in strutture alberghiere. Le mete vengono proposte dall'equipe curante e sono in zone marittime e montane. La partecipazione è indicata per alcuni ospiti accompagnati dagli operatori della CP a turno. Obiettivi generali: 1. favorire attività fisiche, ricreative e ludiche per accrescere il benessere psicofisico dei pazienti. 2. l'avvicinamento alla natura in un contesto differente dalla struttura psichiatrica in una situazione gruppale aumenterebbe la possibilità dei pazienti di socializzare e relazionarsi con gli altri sia con coloro che fanno parte del circuito comunitario sia con persone esterne ad

esso. Obiettivi specifici: 1. immergersi nella natura e avvicinarsi al proprio corpo. 2. aumentare la coesione del gruppo e rafforzare il rispetto delle regole di convivenza sociale. 3. rafforzare le relazioni con l'ambiente esterno. 4. potenziare le abilità individuali. 5. accrescere l'autostima e l'autonomia gestionale in un contesto differente da quello abituale.

- Partecipazione al **gruppo nautico** con una finalità ludica ma allo stesso tempo anche riabilitativa e risocializzante. Obiettivi: 1. favorire attività fisiche, ricreative e ludiche per accrescere il benessere psicofisico dei pazienti. 2. l'avvicinamento alla natura in un contesto differente dalla struttura psichiatrica in una situazione gruppale. 3. confronto con esperti della navigazione. 4. imparare le regole per lo stare in barca. 4. potenziare le abilità relazionali sia con il gruppo comunitario sia con l'esterno della struttura.

### **Interventi di formazione al lavoro e di inserimento lavorativo:**

Il progetto terapeutico-riabilitativo di ciascun ospite può prevedere in modo individualizzato, secondo le specifiche abilità e necessità, un percorso di supporto in ambito scolastico e di formazione/inserimento lavorativo concordato con il Servizio Psichiatrico Territoriale di riferimento. Interventi che sviluppino la capacità di sostenere i ritmi di lavoro e di studio, le abilità lavorative o di performance scolastica, l'efficienza e l'impegno nelle attività svolte e, infine, la qualità delle relazioni con i colleghi o i compagni di studio. Gli inserimenti lavorativi secondo diverse formule ( tirocinio lavorativo, borsa lavoro, etc.) si articolano in più fasi:

-inizialmente si esamina quale può essere la situazione lavorativa più adatta al paziente, riflettendo con lui sui suoi desideri e le sue inclinazioni e verificando se siano consoni alle sue capacità;

-in collaborazione con l'assistente sociale si contattano enti disponibili agli inserimenti lavorativi e si verificano le opportunità, l'adeguatezza e l'eventuale corrispondenza fra le caratteristiche dell'ambiente di lavoro e le caratteristiche del paziente e del suo progetto terapeutico-riabilitativo;

-si avvia una fase di verifica delle possibilità di inserimento, attraverso alcune visite con il paziente, dando poi inizio all'esperienza;

-si prevedono periodici contatti di verifica e monitoraggio con il referente del paziente all'interno del contesto lavorativo ed eventuali interventi di mediazione per le situazioni in cui l'emergere del malessere psichico rischia di compromettere il percorso lavorativo.

### **Interventi familiari:**

La famiglia costituisce un'area importante, che deve essere integrata necessariamente nel progetto di cura dell'ospite; una presa in carico per apportare correttivi relazionali tra i membri del nucleo familiare stesso. Vengono quindi organizzati colloqui individuali con i familiari che avvengono con cadenza solitamente mensile e comunque modulabile in funzione delle esigenze cliniche e sono effettuati da un referente della Comunità, membro della mini-équipe di riferimento del paziente interessato ed eventualmente da un Responsabile della Struttura. Obiettivi: 1. rendere attivo il ruolo della famiglia nel progetto terapeutico-riabilitativo. 2. costruire un'alleanza tra la famiglia ed i curanti. 3. promuovere un processo di trasformazione utile alla modifica dei pattern relazionali familiari