

7.2

R.A.M.C. "RI-ATTIVA MENTE E CORPO"

Vidal Tagliapietra M.*^[1], Venturini T.^[2], Garzara F.^[2], Boscolo S.^[2], Margutti E.^[1]

^[1]UOS SerD Azienda Ulss3 Serenissima Venezia-Chioggia ~ Venezia ~ Italy,

^[2]Consulente esterno Progetto "Chiama & Vinci" Azienda Ulss3 Serenissima ~ Venezia ~ Italy

Sottotitolo: COSTRUIRE SPAZI CONDIVISI

Il Progetto "Ri-Attiva Mente e Corpo"¹, è stato concepito come uno strumento all'interno dei Servizi per le Dipendenze² dell'Aulss3 Serenissima, un Laboratorio Sensoriale proponente attività creative e artistiche destinato ai familiari di utenti seguiti per problematiche di dipendenze da sostanze e comportamentali.

Testo Abstract

Introduzione

Il presente progetto mira, principalmente, ad offrire ai familiari dei pazienti addicted, occasioni di socializzazione e relazione, orientati alla valorizzazione delle risorse, aree di sperimentazione particolarmente segnate dalle limitazioni legate al COVID-19.

La pandemia ha accentuato le difficoltà comunicative e relazionali, soprattutto per chi già manifestava qualche fragilità nell'inserirsi nel contesto sociale, portando ad un aumento dell'isolamento e dell'emarginazione. In questa prospettiva, il progetto si propone di riattivare processi mentali volti alla socialità e alla connessione con i propri sensi, al fine di contrastare la solitudine e l'esclusione.

Si attinge sia alla teoria dell'Integrazione Sensoriale¹, che enfatizza il ruolo cruciale delle esperienze sensoriali e motorie nel benessere generale, sia all'approccio psico-educativo nell'arte-terapia. Quest'ultimo è considerato un'opportunità per stimolare i sensi e promuovere l'integrazione sensoriale, contribuendo così al miglioramento dell'autoregolazione e del benessere.² L'iniziativa "R.A.M.C." è parte del progetto "Chiama & Vinci" che si impegna nel contrasto al Disturbo da Gioco d'Azzardo³, e questa attività si è sviluppata trasversalmente coinvolgendo diverse sedi dei servizi dipartimentali che trattano dipendenze da sostanze e comportamentali, mediante l'intervento di diverse

figure professionali con competenze complementari. L'obiettivo è creare una strategia di prevenzione e gestione dell'isolamento sociale, concentrata inizialmente su familiari di pazienti con Disturbo da Gioco d'Azzardo (DGA), ma estendibile ai familiari di chi soffre di Disturbo da Uso di Sostanze (DUS) e Disturbo da Uso di Alcol (DUA) per implementare le strategie di gestione dell'isolamento sociale causato da stigmatizzazione interna⁴, mancanza di supporto familiare o amicale.

L'intervento mira a promuovere una connessione con il proprio mondo interiore cercando di costruirne una visione di luogo sicuro e calmo a cui fare riferimento mentre si sperimentano situazioni "esterne" che portano nella direzione dello stigma e del malessere. L'arte, secondo la teoria dell'Espressione Creativa⁵, diviene uno strumento che permette ai partecipanti di comunicare emozioni e pensieri difficili da esprimere verbalmente. L'attività creativa facilita l'esplorazione e l'elaborazione di temi personali, contribuendo alla comprensione di sé e al benessere emotivo. L'arte come espressione artistica neutralizza lo stigma e valorizza l'interiorità, consentendo la creazione di una nuova e significativa dimensione interiore. Questo diviene cruciale, soprattutto per soggetti insicuri e fragili, poiché separa il sé da ciò che accade all'esterno, percepito spesso come fallimentare. Riscoprire l'importanza di sé, l'espressione personale e la propria interiorità diviene un passo fondamentale per riconquistare la cura di sé, abbracciando un atteggiamento compassionevole rivolto a sé stessi e agli altri.

Metodo e traget

Il progetto "R.A.M.C. - Ri-Attiva Mente e Corpo" è concepito come un laboratorio sensoriale rivolto ai familiari dei pazienti coinvolti nel percorso terapeutico per la cura delle dipendenze. Attraverso quattro moduli distinti, la metodologia si basa su esperienze artistiche che mirano a favorire l'integrazione e il benessere emotivo.

Il progetto si sviluppa in collaborazione con una consulente esterna⁶ e coinvolge sei pazienti con diverse forme di dipendenza.

I moduli affrontano tematiche quali l'applicazione della cromoterapia nella creazione artistica, l'uso della creta come riappropriazione di manualità, la visione di video e testi storici per arricchire l'esperienza sensoriale e l'atto di dipingere come sintonia con l'anima e riscoperta del proprio talento. La realizzazione culmina in una mostra collettiva, aperta anche alla cittadinanza, presso "Palazzo Nani Bernardo" a Venezia, promuovendo l'espressione e l'integrazione tra i partecipanti e contrastando lo stigma legato alle dipendenze. La

mostra ha coinvolto la comunità, sensibilizzando sul potere delle attività artistiche nel migliorare le vite e ridefinire le percezioni sociali e le testimonianze raccolte evidenziano questa trasformazione.

La condivisione delle opere create è di inestimabile valore, poiché il processo terapeutico si estende oltre la creazione stessa. La condivisione, unendo elementi artistici e del contesto, si dimostra un motore di cambiamento e vitalità rinnovata. L'esperienza è stata documentata attraverso materiali audio/video e fotografici, seguendo l'approccio della scuola francese di fotografia⁷, che cattura le emozioni e l'essenza umana. Le immagini fungono da archivio e riepilogo del percorso, facilitando scambio e supporto tra i partecipanti.

Fotografare non solo le opere realizzate, ma anche le esperienze durante le attività, ha contribuito a considerare il gruppo come spazio autentico di relazione e scambio, valorizzando l'identità individuale. L'obiettivo principale è stato promuovere l'espressione e l'integrazione attraverso l'arte. La mostra collettiva è stata un'estensione del percorso terapeutico, con un impatto positivo sulla qualità della vita e una sfida allo stigma legato alle dipendenze.

La struttura innovativa e la ricerca hanno guidato questa esperienza, enfatizzando i punti di forza individuali piuttosto che la sintomatologia, attivando risorse e competenze in linea con le prospettive di cambiamento dell'individuo.

Obiettivi e risultati

Il progetto "R.A.M.C. - Ri-Attiva Mente e Corpo" mira a migliorare in modo significativo il benessere psico-fisico dei partecipanti attraverso attività creative, condivisione e interazione.

Gli obiettivi specifici includono:

- la promozione della socializzazione tramite il laboratorio espressivo;
- la collaborazione con professionisti multi-disciplinari;
- l'incremento della conoscenza personale e delle risorse;
- la creazione di una rete di sostegno territoriale per contrastare l'isolamento sociale.

Sempre nell'ottica del raggiungimento di tutti questi obiettivi declinati, ciò presuppone una concreta possibilità di superamento del pesante stigma sociale attraverso:

- l'aumentare la propria consapevolezza e l'auto-efficacia;
- l'incrementare la personale conoscenza e la consapevolezza delle proprie risorse;
- il costruire una rete territoriale di protezione e supporto rispetto al grave fenomeno dell'isolamento

sociale, coinvolgendo Associazioni, Fondazioni ed altre realtà del territorio, del privato sociale, oltre alle varie équipe dei vari SerD ed ai dispositivi del Progetto "Chiama & Vinci".

Nella prospettiva di mantenere i benefici rilevati negli otto incontri previsti per l'attuazione del progetto "R.A.M.C.", nel corso dei mesi dal Marzo al Maggio 2023, si è continuato il supporto psicoterapeutico nei confronti dei partecipanti all'esperienza, e sono stati promossi contemporaneamente ulteriori interventi a favore sia dei pazienti che dei loro familiari. Ecco quindi l'attività di "Trekking Urbano" che coniuga movimento, stimoli di carattere culturale e civico, riflessioni di ordine esistenziale e condivisione in gruppo, per recuperare, anche attraverso il riscoprire diversi luoghi del proprio territorio, un piacere naturale di vivere attraverso motivi di personale curiosità ed interesse. Va ricordata, inoltre, l'esperienza del "Orto Alpino", una gita in montagna dei familiari con qualche operatore del gruppo, per valorizzare le situazioni di incontro delle "persone" in un ambito diverso da quello prettamente terapeutico. In questa occasione si è anche proposto un breve percorso di "Mindful Eating", sempre basato sui temi di presenza e consapevolezza, rivolti ad un progressivo benessere della persona.

Valutazioni qualitative/quantitative

Nella prospettiva di misurazione dei risultati attesi, ed anche rispetto allo specifico focus della relativa valutazione, è stata somministrata la versione CBA-VE (con la Valutazione dell'Efficacia).

I risultati si possono visualizzare nei tre grafici allegati:

1. Grafico 01: Test CBA-VE (Cognitive Behavioural Assessment)-Percezione di benessere; (media individuale pre 18,4 e DS 6,10; media individuale post 24,8 e DS 4,08);
2. Grafico 02: Test CBA-VE (Cognitive Behavioural Assessment)-Percezione di cambiamento (media individuale pre 19,4 e DS 3,20; media individuale post 24,2 e DS 0,83);
3. Grafico 03: Test CBA-VE (Cognitive Behavioural Assessment)-Media Totale (media individuale pre 37,8 e DS 8,67; media individuale post 49 e DS 4,69).

Da una prima visione ed interpretazione dei grafici 01 e 02, si ha un immediato riscontro della differenza dei due istogrammi ex ante e ex post, che riportano le misure quantitative delle diverse aree. A partire dal grafico 01, "Percezione di benessere", si nota un sostanziale aumento di questo indice, a seguito dell'esperienza di varie attività ed incontri promossi dal progetto "R.A.M.C.". L'efficacia dell'intervento sembra

essere confermata anche dalla seconda rappresentazione, (grafico 02) che riguarda la percezione di cambiamento: come équipe siamo propensi ad interpretare questo dato come un significativo aumento di fiducia dell'individuo rispetto alle proprie competenze e risorse. L'ultimo grafico (grafico 03), che riporta la media totale, sembra confermare sostanzialmente i risultati evidenziati nelle altre due rappresentazioni, e convalida la differenza di percezione delle varie aree misurate, evidenziandola con un significativo scarto. Arriviamo, quindi, dai dati quantitativi, all'interpretazione di quelli qualitativi che hanno ugualmente un forte impatto dal punto scientifico delle varie misurazioni e che sono rappresentati dalla Tabella 01.

Interventi messi in atto:

1. Progetto "R.A.M.C.";
2. Gruppo di Psicoterapia per Familiari;
3. Gruppo Auto Mutuo Aiuto (A.M.A.);
4. Psicoterapia individuale e/o di coppia;
5. Uscita al "Orto Alpino" con esperienza di "Mindful Eating";
6. Progetto "Trekking Urbano" [con visite, ad esempio, al "Museo Fortuny" (VE), alla "Biennale di Venezia" (VE), alla Riserva Naturale di "Ca' Roman" (VE)].

Lo sforzo del Servizio, anche rispetto all'esperienza della pandemia e delle sue conseguenze, è stato di mettere a disposizione dell'utenza molteplici attività ed interventi di cui anche il progetto "R.A.M.C." è parte. Ciò, viste le risposte qualitative e quantitative rispetto all'effettiva efficacia di questo progetto, ha consentito la progettazione e l'attuazione di nuove esperienze, sempre finalizzate al benessere della persona.

Testimonianze dell'esperienza

Ci è sembrato utile, a questo punto, raccogliere delle brevi impressioni dei partecipanti rispetto alle attività proposte, che rappresentano un ulteriore indicatore qualitativo dell'esperienza. E' un modo questo per dare voce alle sensazioni ed alle percezioni non solo rispetto al lavoro svolto, ma anche alla qualità della relazione che si è costruita incontro dopo incontro e che rappresenta un valore aggiunto di quanto proposto.

• Marta: "Durante l'attività mi sono sentita tranquilla assieme alle altre persone; sono riuscita a sviluppare tante idee assieme al gruppo e sicuramente la mia creatività è di molto migliorata".

• Elisabetta: "All'inizio dell'attività non è stato facile per me staccare la mente ma, in breve tempo, l'esperta d'arte ha fatto in modo di favorire il mio benessere, consigliandomi di "rallentare" e di concentrarmi sull'attività che richiedeva attenzione e precisione. Grazie a questo suggerimento, sono riuscita ad allontanare la

tensione. Inoltre, sono migliorate le mie abilità nella lavorazione della creta e nel dipingere quanto ero riuscita a creare. La mostra finale dei nostri lavori, nell'incantevole giardino del palazzo "Nani Bernardo, è stata davvero una bellissima esperienza tanto che, incitata dall'esperta d'arte, ho fatto un intervento in pubblico che mi ha fatto emozionare".

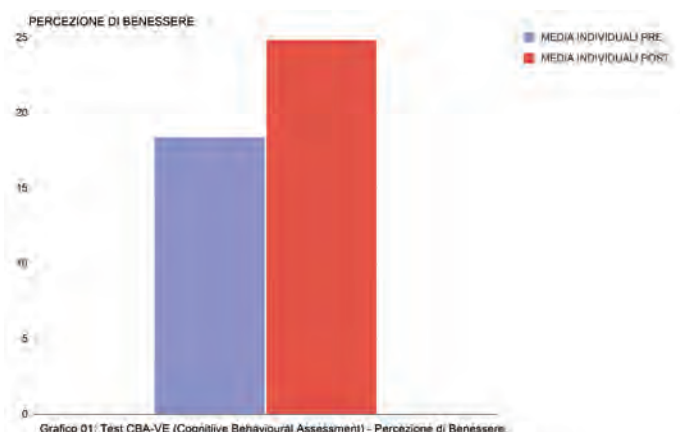
• Mario: "Ho vissuto con molta partecipazione l'evento conclusivo della mostra ed ho davvero sentito la forza di mettermi in gioco cosa che prima non facevo, perché restavo sempre zitto! Ho vinto la timidezza e sono maggiormente consapevole di me stesso".

Conclusioni

Le conclusioni tratte dalle esperienze passate e dall'attività del progetto "R.A.M.C." evidenziano che il suo valore si è manifestato nella capacità dei partecipanti di sperimentarsi in diverse attività creative. L'aspetto creativo ha liberato e stimolato le competenze individuali, promuovendo l'interazione, la condivisione e il confronto tra i partecipanti in un contesto non competitivo ma di supporto reciproco.

Il progetto ha cercato di superare la distinzione tra operatori e pazienti per creare un gruppo autentico di condivisione di obiettivi, in cui le emozioni hanno agito come catalizzatori per favorire scambi comunicativi nell'incontro e nella relazione. Questo coinvolge anche gli operatori, in particolare quelli in prima linea, che devono considerare sia le proprie emozioni che quelle dei pazienti.

In conclusione, il progetto "R.A.M.C." ha lavorato per promuovere l'espressione individuale, l'integrazione e la creazione di progetti realistici di sviluppo, facilitando percorsi di benessere e cambiamento. Il gruppo di lavoro auspica che questa esperienza possa evolvere da sperimentazione a un'attività strutturata all'interno del servizio.



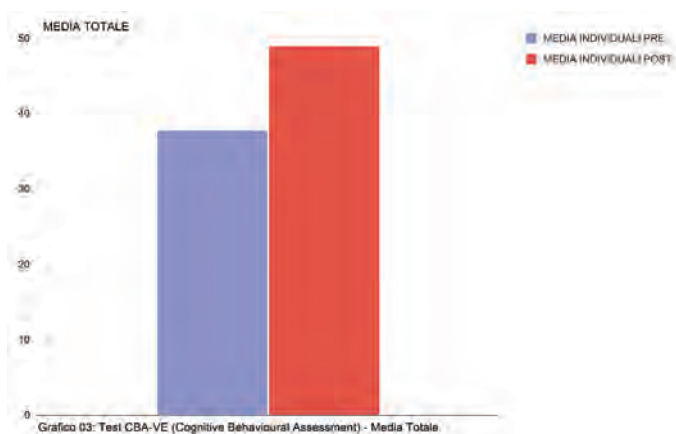
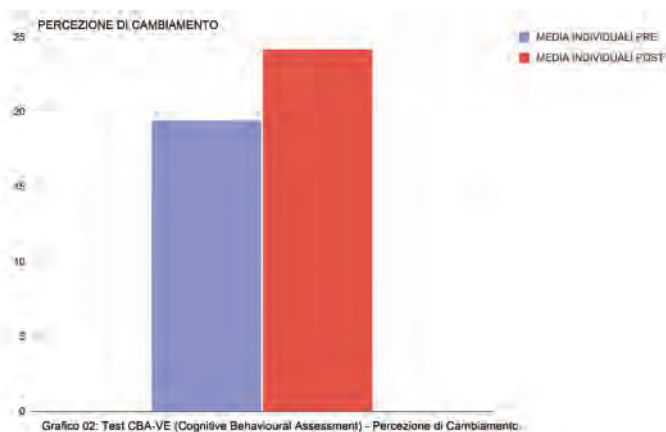


TABELLA 1 - INTERVENTI MESSI IN ATTO

Bibliografia

- Bachelard, G. (2006) *La poetica dello spazio*, Bari, Edizioni Dedalo.
- Bachelard, G. (2009) *La psicoanalisi del fuoco*, Bari, Edizioni Dedalo.
- Bundy, A. C., Lane, S. J., & Murray, E. A. (2002) *Integrazione Sensoriale: Teoria e Pratica* (2ª edizione), Philadelphia, F.A. Davis Company.
- Cartier-Bresson, H. (2004) *Henri Cartier-Bresson*, Roma, Contrasto Books.
- Foschi, G. (2016) *Le Fotografie del Silenzio*, Milano, FrancoAngeli.
- Gilardi, A. (2000) *Storia sociale della fotografia*, Torino, Pearson Italia.
- Grignoli, L. (2021) *Fare e pensare l'arteterapia*, Milano, FrancoAngeli.
- Malchiodi, C. A. (2013) *Terapia Artistica e Neuroscienze delle Relazioni, Creatività e Resilienza: Competenze e Pratiche*, (Serie Norton sulle Neuroscienze Interpersonali), New York, W. W. Norton & Company.
- Michielin, P., et al. (2008) *Proposta di un nuovo strumento per la verifica dell'efficacia nella pratica dei trattamenti psicologici e psicoterapeutici*, *Giornale Italiano di Medicina del Lavoro ed Ergonomia. Supplemento A di Psicologia*, 30:A98-A104.
- Micocci, S. (2009) *Dare forma attraverso la creta*, Roma, Alpes Italia.
- Peri, C. (2014) *Meditazioni sui colori*, Milano, Anima Edizioni.
- Sanavio, E., (Edd.) (2002) *Le scale CBA*, Milano, Raffello Cortina.
- Serrano M. (2007) *Autostigma, empowerment e pratiche di promozione*, *Fogli d'informazione 3-4 (07-12): 43-63*.
- Trani, G. (2002) *Dalla creta alla cretazione*, Roma, EDUP Edizioni dell'Università Popolare.