

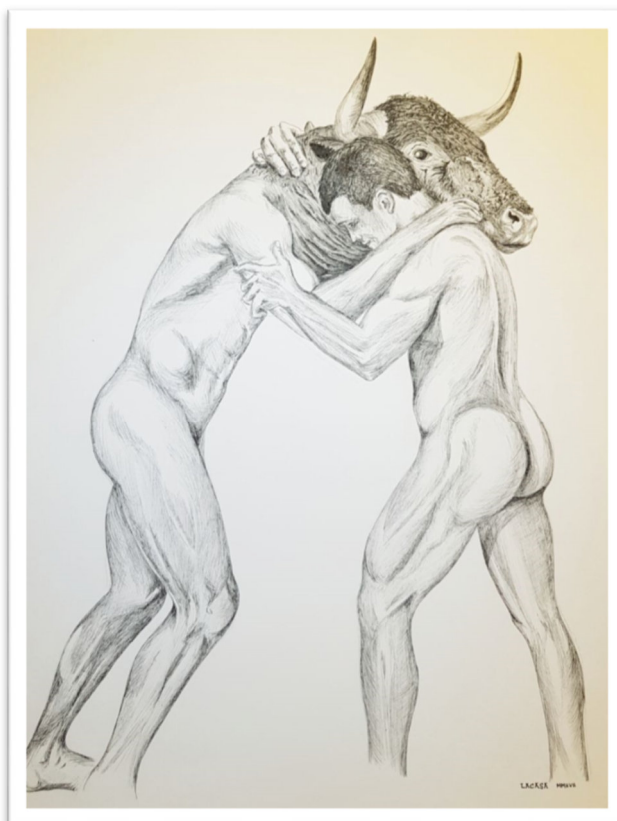


CREST

Centro per lo studio e la terapia dei disturbi della personalità

COMUNITÀ PROTETTA A MEDIA INTENSITÀ ASSISTENZIALE

CREST - TESEO



Via Monte Rosa nr. 36 - Milano



CREST

Centro per lo studio e la terapia dei disturbi della personalità

L'INTERVENTO RIABILITATIVO PSICO-SOCIALE PRESSO LA CPM TESEO

La psichiatria ha subito una rapida evoluzione con la scoperta dei primi psicofarmaci, destinati a cambiare in modo radicale le metodologie di cura. L'inizio dell'era farmacologica in psichiatria è datato 1952. Dopo che Henri Laborit aveva notato gli effetti psicologici di un nuovo anestetico, la clorpromazina, si decise di provarlo in pazienti schizofrenici. La terapia ebbe successo e così ebbe inizio l'era del trattamento farmacologico delle malattie psichiatriche, dominato fino a quel tempo dagli interventi somatici, finora descritti, o psicologici (psicoanalisi e altre psicoterapie). Nei decenni seguenti, il netto miglioramento delle conoscenze di neurochimica ed il continuo sviluppo di nuove molecole - che possono agire sempre più incisivamente e selettivamente su particolari siti e tipi di recettori neuro-trasmittitoriali, con effetti secondari progressivamente sempre più ridotti - hanno migliorato ed arricchito notevolmente le opzioni terapeutiche disponibili per la gestione e la cura delle principali malattie psichiatriche.

Questo significa che l'utilizzo dei farmaci permette alla persona affetta da disturbi psichiatrici di mantenere un compenso sintomatologico che permetta di intervenire con due importanti azioni terapeutiche: la psicoterapia e/o la riabilitazione.

La psichiatria moderna, quindi permette di intervenire agli esordi della sintomatologia, riducendo sempre di più il rischio di cronicizzazione delle patologie psichiatriche avviando fin da subito i pazienti alla riabilitazione e/o psicoterapia.

Modello terapeutico

L'intervento terapeutico riabilitativo proposto dalla CPM Teseo si avvale di interventi volti a migliorare il funzionamento di persone con disabilità psichiche con l'obiettivo di promuovere nell'individuo un ruolo attivo e di soddisfacente autonomia nell'ambiente di vita scelto.

Si tratta di un processo di cambiamento attraverso cui l'ospite migliora dal punto di vista della salute e del benessere, vive in modo "autodiretto" e si impegna a sfruttare al meglio le proprie potenzialità.

Il modello terapeutico si basa sul concetto di Recovery: "Condurre una vita produttiva e soddisfacente anche in presenza delle limitazioni imposte dalla malattia mentale. E' lo sviluppo, personale e unico, di nuovi significati e propositi man mano che le persone evolvono oltre la catastrofe della malattia mentale" (Anthony, W. 1993). Tale definizione è frutto di un'analisi del concetto di riabilitazione, intesa come processo che permette alle persone con una disabilità psichica di vivere quanto più normalmente possibile nella società (Lieberman, R.P. 2012).

Si tratterebbe di un processo attivo e dinamico, altamente individuale, che vede al centro la persona la quale, prendendo consapevolezza della propria situazione, ha la possibilità di ricostruire la propria vita grazie al lavoro di un'équipe multidisciplinare con interventi di rete, stimolo alla partecipazione e all'autonomia, responsabilizzazione, sostegno e promozione dell'inclusione sociale.

Per gli ospiti "Recovery" significa innanzitutto essere trattati con dignità, rispetto, speranza in un futuro migliore e senso di benessere nonostante la malattia esistente.

"La strada verso il recovery.
La disabilità è il punto da cui partiamo.
Il recovery è la nostra destinazione e
la riabilitazione è la strada che percorriamo."
(Lieberman)

La CPM Teseo nasce nei primi anni 80. Voluta e pensata da dott. Frangini psichiatra psicoanalista che ha dedicato la sua professione alla cura di persone, per lo più giovani, affetti da psicosi, un tempo definiti



CREST

Centro per lo studio e la terapia dei disturbi della personalità

"disturbi psichiatrici gravi". L'approccio terapeutico della comunità Teseo si ispirava al "Modello Integrato" di Zapparoli che prevede la presenza di più figure professionali (psicologo, infermiere ed educatore) e per questo motivo detto anche approccio Multidisciplinare.

Intervenire fin dall'esordio dei sintomi psichiatrici con cure farmacologiche appropriate evita alla persona l'istituzionalizzazione e la conseguente cronicizzazione della malattia. Si creano quindi le condizioni necessarie per poter accompagnare l'individuo in un percorso di cure psicoterapeutiche e riabilitative. La comunità viene ad essere il luogo ideale dove riproporre alla persona un ambiente idoneo alla risocializzazione e alla abilitazione /riabilitazione fino a raggiungere un grado di autonomia necessario per poter condurre la propria vita al di fuori di un ambiente di cura. Teseo allora era situata a Menaggio, sul lago di Como, luogo tranquillo ma isolato e quindi limitante per intraprendere un percorso riabilitativo e di reinserimento sociale. La comunità, per tale ragione, viene quindi trasferita in un appartamento nella città di Milano. Dopo qualche anno ed alcune vicissitudini, nel 2012 Teseo viene acquisita ed entra a far parte di una delle strutture residenziali di CREST. Attualmente Teseo è accolta in una villa in una zona centrale di Milano. La scelta di cambiare la tipologia dell'abitazione è spinta dal desiderio e dalla necessità di creare un'atmosfera familiare come avviene normalmente in una casa affinché gli ospiti possano sentirsi in un'atmosfera accogliente e sufficientemente protettiva; infatti, è nella famiglia che l'individuo pone i primi passi verso la crescita e l'autonomia. Nella comunità si vivono le stesse esperienze e ci si prepara al rientro nel proprio tessuto sociale apprendendo o riprendendo quelle abilità che l'esperienza di malattia ha assorbito o compromesso. Nonostante sia chiaro il riferimento alla mitologia, non sappiamo il motivo della scelta del nome Teseo dato alla comunità: Teseo che entra nel labirinto per sconfiggere il Minotauro (la malattia?) si salva ripercorrendo i propri passi guidati dal filo di Arianna. Ci piace pensare di poter essere per i nostri ospiti, come fu per Teseo, quel "filo di Arianna" che li possa condurre fuori dal labirinto della malattia psichiatrica.

La Comunità Protetta a media intensità Teseo, può accogliere massimo dieci persone di età compresa tra i 18 e i 65 anni di genere sia maschile che femminile. I criteri di ammissione sono: schizofrenia e sindromi correlate, disturbi dell'umore (disturbo depressivo e disturbo bipolare), disturbi d'ansia e disturbi di personalità o altri disturbi mentali che compromettano in misura rilevante la vita di relazione del soggetto o che comportino difficoltà tali da risultare gravemente disadattive rispetto alle risorse contestuali dell'utente. Le diagnosi di esclusione, invece, sono: demenza, grave ritardo mentale, oligofrenia e disturbi mentali dovuti ad una condizione medica generale, disturbo antisociale di personalità con comportamento violento pregresso in presenza di lesioni gravi alle persone al di fuori di ogni disturbo psicotico, donne incinte, pazienti in trattamento con farmaci sostitutivi in doppia diagnosi e disturbi in fase acuta che necessitino di interventi urgenti o di contenimento.

Dei dieci posti disponibili, 9 sono contrattualizzati con Regione Lombardia (di cui uno dedicato espressamente a paziente della ATS di Milano dimesso da Strutture non contrattate) mentre il decimo posto è a disposizione di pazienti solventi o provenienti da altre regioni. L'accesso alla Comunità è regolato da una lista d'attesa.

COME SI ACCEDE ALLA COMUNITÀ A MEDIA PROTEZIONE TESEO – CREST

L'inserimento nella lista d'attesa viene effettuato nel seguente modo: nel caso di ingresso in accreditamento con Regione Lombardia o nel caso di ingresso di pazienti seguiti da un servizio di salute mentale di un'altra regione, sarà il CPS (o servizio equivalente in caso di fuori regione) cui il paziente è in carico a prendere contatto con la struttura inviando per iscritto la richiesta di inserimento e una relazione dettagliata e aggiornata contenente l'anamnesi e la storia psicopatologia, remota e attuale, del paziente.

In caso di paziente solvente non in carico ad un servizio o comunque interessato ad un ingresso in regime di solvenza, sarà il paziente stesso, la famiglia, o i professionisti privati curanti a prendere contatto con la



CREST

Centro per lo studio e la terapia dei disturbi della personalità

struttura fornendo quanto in loro possesso rispetto alla storia psicopatologica remota e attuale e l'anamnesi del paziente.

Qualora la relazione non contenga elementi che facciano escludere a priori la possibilità di presa incarico del paziente, viene effettuata in struttura una prima visita conoscitiva alla presenza del Medico Psichiatra Direttore Sanitario della Comunità e delle altre figure professionali dell'equipe.

A seguito della prima visita viene inviato al servizio inviante, alla famiglia o ai professionisti invianti esito scritto dell'incontro e, in caso di non idoneità o idoneità con riserva di rivalutazione, viene sinteticamente indicato il motivo.

Il paziente ritenuto idoneo o idoneo con riserva viene inserito nella lista d'attesa. La lista viene organizzata in base alla data di ricezione della richiesta e non a quella della prima visita.

Nel momento in cui la struttura avesse un posto disponibile, nell'immediato oppure in un tempo relativamente breve, il servizio o il referente del paziente che risulta primo nella lista d'attesa verrà contattato per una seconda visita in struttura del paziente. Qualora dovesse persistere nel paziente la condizione di idoneità e la motivazione necessaria, verrà programmato l'ingresso. Nel caso in cui il primo paziente in lista d'attesa non potesse, a vario titolo, procedere all'ingresso, verrà contattato il secondo e così a seguire.

L'ospite, nel momento della presa incarico, dovrà controfirmare il consenso alle cure, il consenso informato al trattamento dei suoi dati ed accettare il regolamento interno.

COMPILAZIONE DEL PIANO DI TRATTAMENTO INDIVIDUALIZZATO

Fin dal primo giorno di presenza dell'ospite in struttura, l'equipe lavora con lui alla costruzione dell'alleanza terapeutica e del contratto terapeutico. Ogni professionista, in base alla propria area di competenza, inizia a raccogliere tutte le informazioni di ordine sanitario, la sua storia psicopatologica e di cura, la storia personale e somministrare i test psicodiagnostici ritenuti necessari (come ad esempio la SCID-II).

Il case-manager, con l'apporto dell'intera equipe, effettua un mese di osservazione sistematica del funzionamento personale, sociale e cognitivo dell'ospite; vengono inoltre individuate le competenze, le risorse e le aree disfunzionali mostrate dal paziente, nonché i suoi bisogni e gli obiettivi personali. Al termine del primo mese, in base a quanto emerso dalle indagini di cui sopra, alla diagnosi d'ingresso ed al PTI proposto dall'ente inviante, viene redatto un Piano di Trattamento individualizzato provvisorio contenente i primi obiettivi base ritenuti importanti da raggiungere nel primo periodo di permanenza in struttura. Entro tre mesi dall'ingresso, l'osservazione e la raccolta delle informazioni sul paziente vengono terminate e, anche tenendo conto del Progetto Individualizzato (PTI) predisposto dal Servizio Inviante, viene redatto il Piano di Trattamento individualizzato definitivo in cui vengono definiti gli obiettivi per il primo anno di permanenza in comunità dell'ospite, i sotto-obiettivi e gli strumenti reputati più idonei per raggiungerli. Il progetto viene discusso all'interno della riunione d'equipe e con il paziente stesso. Successivamente, esso viene condiviso e firmato durante un incontro dedicato a cui partecipano: il paziente, i suoi curanti esterni e i referenti (famigliari, eventuale amministratore di sostegno etc.) e una rappresentanza dell'equipe.

Tale progetto viene revisionato dall'equipe dopo sei mesi. Dopo un anno si procede ad una nuova osservazione sistematica del funzionamento personale, sociale e cognitivo, viene effettuata un'analisi degli obiettivi raggiunti, parzialmente raggiunti o ancora non sviluppati, indagati eventuali nuovi bisogni e viene predisposto un nuovo Piano di Trattamento Individualizzato che nuovamente verrà condiviso e sottoscritto dall'ospite e da tutte le parti coinvolte.

FIGURE PROFESSIONALI IMPIEGATE NELLA STRUTTURA

Composizione dell'equipe e presenza quotidiana delle varie figure professionali



CREST

Centro per lo studio e la terapia dei disturbi della personalità

L'equipe della struttura è multidisciplinare ed è composta da: direttore sanitario - medico psichiatra; 2 medici psichiatri; 4 infermieri professionali; 2 educatori professionali e 9 psicologi.

La presenza degli operatori è garantita nelle 24 ore. Dalle 08.00 alle 20.00 sono sempre presenti due figure professionali tra: infermiere, educatore e psicologo. Dalle 20.00 alle 08.00 è presente un operatore notturno. Dal lunedì al venerdì, è presente ogni giorno per 2 ore uno dei medici psichiatri. Per il restante tempo e durante il week end e la notte, vi è un medico reperibile telefonicamente e in pronta disponibilità.

Psicologo: si occupa della programmazione, strutturazione e conduzione dei gruppi riabilitativi di impronta psicologica come gestione delle emozioni, social skills training (assertività e comunicazione), percezione corporea e riabilitazione neuropsicologica. L'obiettivo di tali attività è quello di abilitare e riabilitare le competenze cognitive, emotive e sociali degli ospiti e fornire loro strumenti utilizzabili nella vita quotidiana spendibili sia all'interno che all'esterno dei contesti di cura.

Ad ogni paziente è affidato uno psicologo che ricopre il ruolo di Case Manager (figura di riferimento), il quale ha il compito di compilare annualmente il Progetto Riabilitativo Individualizzato in collaborazione con il paziente stesso e con gli inviati, implementare e monitorare l'andamento del Progetto stesso anche attraverso colloqui individuali con cadenza settimanale. Un altro compito del Case Manager è quello di tenere i rapporti con i Servizi inviati, con altre eventuali figure di riferimento (come per esempio l'amministratore di sostegno) e soprattutto con i familiari di riferimento con l'obiettivo di coinvolgerli attivamente nel processo terapeutico e costruire con loro un'alleanza terapeutica.

Educatore: le attività che organizza, coordina, attua e verifica sono finalizzate ad aumentare l'autonomia dei soggetti in difficoltà e la loro integrazione sociale nell'ottica di un recupero alla vita quotidiana. L'educatore ha la responsabilità della conduzione di alcuni dei gruppi programmati nella settimana, mirati allo sviluppo delle attività di vita dell'ospite (riunione della casa, economia domestica, gruppo alimentazione, laboratorio di cucina, cura del sé), allo sviluppo di abilità sociali (competenze territoriali, abilità sociali di base) ed alcuni gruppi di tipo ludico-ricreativo (scuola d'arte, storia del cinema). Inoltre, l'educatore gestisce e coordina alcune mansioni relative alla gestione della casa (gestione della spesa, della conservazione degli alimenti e della gestione della cucina), alla cura degli spazi comuni e di quelli personali, si occupa inoltre della cura di sé (igiene personale abbigliamento, ecc.) e accompagna l'ospite nello svolgimento di alcune mansioni personali sul territorio (posta, banca, ecc).

Infine, l'educatore collabora con il Case Manager alla strutturazione del Progetto Riabilitativo Individualizzato del singolo paziente proponendo ed attivando specifici e personalizzati interventi educativi/riabilitativi.

Infermiere: l'infermiere risponde ai bisogni infermieristici dei pazienti in carico; si occupa quotidianamente della preparazione e della somministrazione della terapia; conduce gruppi di sua pertinenza quali autosomministrazione dei farmaci, attività psicomotoria, alimentazione e cura di sé; aiuta i pazienti nella gestione delle visite mediche specialistiche e degli esami di controllo previsti dal protocollo sanitario interno, accompagnandoli quando necessario; rileva mensilmente i parametri vitali; collabora con l'educatore nell'osservare e indirizzare i pazienti nella cura di sé.

Psichiatra: il medico psichiatra si occupa della valutazione dell'idoneità dei pazienti prima dell'eventuale ingresso in comunità e al momento dell'accettazione; incontra regolarmente i pazienti per il monitoraggio e la verifica della terapia farmacologica e della salute in generale, apportando eventuali modifiche qualora lo ritenga necessario. Mantiene i rapporti con il MMG, con le istituzioni, i servizi territoriali e con le famiglie dei pazienti; redige certificati e relazioni quando necessario. Effettua la reperibilità come da protocollo.



CREST

Centro per lo studio e la terapia dei disturbi della personalità

La riunione d'equipe

La riunione d'equipe ha cadenza settimanale e sono invitati a parteciparvi tutti gli operatori che a vario titolo collaborano con la CPM Teseo. Durante tali riunioni viene effettuata la supervisione da parte del Direttore Clinico Sanitario nell'intento di integrare il modello descritto con quello soggettivo di ogni componente dell'equipe multidisciplinare ed effettuare sia la valutazione dei percorsi terapeutici dei singoli pazienti che le richieste d'ingresso.

Il lavoro di equipe è rivolto non solo agli ospiti ma anche agli operatori al fine di offrire a ciascuno la possibilità di condividere le proprie valutazioni con il gruppo dei colleghi. Inoltre questo è il luogo e lo spazio in cui si fortificano i legami tra gli operatori e si condividono le responsabilità, le fatiche, ma anche, alcune volte, le soddisfazioni. È uno spazio libero dal giudizio che vuole favorire un confronto costruttivo fra tutti gli operatori, ciascuno per le proprie competenze. In questi momenti si possono esprimere le proprie difficoltà, le emozioni, i disagi, ma anche i piccoli e grandi successi quotidiani, di giorni, settimane o mesi di lavoro. Questo momento importante ha anche la funzione di focalizzare con chiarezza il ruolo di ciascun operatore permettendogli, allo stesso tempo, di sentirsi parte di una vera squadra.

Linee guida e formazione continua

Le linee guida per la pratica clinica, sono frutto del sistematico lavoro di formazione e supervisione effettuato da Crest nel suo insieme e all'interno della struttura della CPM Teseo.

Vi è una breve riunione quotidiana con gli operatori in turno per il passaggio delle consegne.

Inoltre è previsto un calendario dei momenti specifici di formazione, indicativamente uno ogni tre mesi, inerenti differenti aspetti di tipo clinico, procedurale e amministrativo.

In ogni caso nel momento in cui ha inizio il contratto di collaborazione con Crest viene fornita al nuovo collaboratore copia di tutte le procedure in atto.

ATTIVITÀ TERAPEUTICO-RIABILITATIVA DELLA COMUNITÀ

Il processo di cura e riabilitazione dell'ospite inizia nel momento stesso in cui viene accolto presso la nostra struttura. Da quel momento gli viene chiesto di mettere in gioco se stesso rispetto alla socializzazione, al rispetto delle regole, alla gestione della casa e della persona nella sua interezza. La Comunità è organizzata infatti proprio come una casa e riproduce quella che può essere la vita familiare o individuale all'esterno di una struttura cura. In questo modo gli ospiti diventano parte attiva della cura stessa e della riabilitazione essendo coinvolti in prima persona in ogni momento della vita quotidiana.

Le giornate feriali sono strutturate nel seguente modo: tutte le mattine è prevista la sveglia alle 7:30, dopo la colazione, gli ospiti sono invitati a occuparsi della cura e pulizia della propria persona, del loro spazio personale e degli spazi comuni. Vi è poi del tempo libero e lo spuntino di metà mattina. Seguono le attività gruppali previste dal programma settimanale e ulteriore tempo libero in cui effettuare attività autonome o in piccolo gruppo, fuori o dentro la comunità. Alle 12.30 c'è il pranzo comunitario e il momento del riposo. Seguono le attività gruppali del pomeriggio, la merenda e nuovamente del tempo a disposizione per le proprie attività individuali. Alle 19.00 è prevista la cena a cui fa seguito un gruppo ricreativo e poi il tempo per prepararsi alle attività serali non strutturate, nonché al riposo.

La giornata è scandita da alcune mansioni che a turno competono agli ospiti (cucinare, apparecchiare/sparecchiare, lavare i piatti, fare la spesa, pulire il bagno, acquistare il pane, fare il proprio bucato) e che vengono svolte sempre attraverso il supporto, secondo il grado di aiuto necessario, degli operatori della struttura.



CREST

Centro per lo studio e la terapia dei disturbi della personalità

Inoltre, i momenti della giornata vengono scanditi anche dalla terapia farmacologica che può essere o somministrata dagli IP, se l'ospite è in struttura da poco tempo o non è ancora autonomo in questo senso, o autosomministrata ad orari prestabiliti: 8.00; 14.00; 18.00; 21.00.

Il tempo libero, come visto, è distribuito nell'arco dell'intera giornata in momenti ben definiti che gli ospiti impegnano secondo le modalità concordate in generale nel proprio progetto riabilitativo e di volta in volta con il personale presente in struttura e può comprendere attività ludico-ricreative all'interno o all'esterno della struttura, attività sportive, frequentazione di amici o familiari, frequentazione di corsi di vario genere, passeggiate, commissioni personali o semplicemente riposo.

Molte frequentemente vengono effettuate uscite di gruppo, con accompagnamento da parte del personale della struttura, che possono variare dalla breve passeggiata nel quartiere all'attività motoria svolta al parco, alla visita di monumenti, mostre, spettacoli etc.

Attività grupppale

Una parte importante dell'intervento riabilitativo effettuato nella struttura viene somministrato attraverso gli incontri di gruppo e laboratori di diverso genere: gruppi psico-riabilitativi; gruppi educativi, gruppi di cura di sé e della salute; gruppi ludici. Ogni giorno, dal lunedì al venerdì, vengono effettuati: un gruppo la mattina, almeno un gruppo al pomeriggio e frequentemente un gruppo la sera dopo cena.

Le attività grupppali strutturate vengono programmate dall'equipe e organizzate in un programma settimanale. La programmazione non è fissa durante tutto l'anno, ma rinnovata periodicamente in modo da offrire sempre ai pazienti nuovi stimoli e un ampio spettro di temi, ambiti e abilità con cui confrontarsi e mettersi alla prova nel loro processo di abilitazione/riabilitazione.

Gruppi psico – riabilitativi

La partecipazione attiva nella società richiede abilità sociali che permettono di gestire in modo efficace situazioni diverse, siano esse personali, familiari o sociali. Nei disturbi mentali gravi le abilità sociali si sono sviluppate scarsamente o vengono perse. Il social skill training, o training di abilità sociali, comprende una gamma di interventi mirati a far acquisire e allenare nel tempo le abilità sociali necessarie nelle situazioni interpersonali per comunicare con gli altri in modo appropriato ed efficace in due aree: nell'area delle relazioni affettive e nell'area delle relazioni sociali strumentali. Gli obiettivi principali risultano: imparare a conoscere meglio se stessi, i propri e gli altrui pensieri, emozioni e comportamenti; comunicare con gli altri in modo più competente ed efficace incrementando le proprie abilità interpersonali; affrontare con maggior fiducia le situazioni problematiche; sviluppare un comportamento equilibrato e costruttivo e migliorare il senso di autoefficacia, acquisire le strategie per utilizzare modalità comunicative che rendano altamente probabili risposte competenti nei diversi contesti relazionali.

I gruppi psico-riabilitativi previsti in Teseo sono i seguenti:

GRUPPO DI COMUNICAZIONE VERBALE E NON VERBALE Il gruppo si propone di recuperare o far acquisire ai pazienti una maggiore competenza comunicativa, intesa come l'insieme delle capacità che rendono la partecipazione a un'interazione comunicativa efficace ed appropriata al contesto in cui avviene e, di conseguenza, migliorare il funzionamento sociale dell'individuo.

Il gruppo verte sui quattro pilasti della comunicazione verbale: funzione (perché si comunica), forma (viene riabilitata non solo il sistema di comunicazione verbale, ma anche quello non verbale e paraverbale), contesto (dove, quando comunicare) e vocabolario.

Al fine di agevolare l'apprendimento delle capacità descritte sopra durante gli incontri vengono alternate sessioni formative ad esercizi pratici-esperenziali in cui vengono utilizzati diverse tecniche (es. role-playing, esperimenti sociali, osservazioni in esterna, etc) e materiali (es. audio, filmati, emoticon etc).



CREST

Centro per lo studio e la terapia dei disturbi della personalità

LABORATORIO ESPRESSIVO DI SCRITTURA Il laboratorio ha innanzitutto lo scopo di stimolare i pazienti a familiarizzare con la scrittura quale mezzo espressivo per risvegliare la propria creatività e come strumento di *distress tolerance* (per gestire piccoli episodi di ansia o di stati emotivi disturbanti) e di fronteggiamento dei momenti di noia. Il laboratorio ha inoltre lo scopo di riabilitare o ampliare le capacità comunicative ed espressive dei pazienti rispetto ai loro vissuti, alle loro emozioni (intelligenza emotiva) ed alle capacità cognitive di rappresentazione degli stati mentali propri e altrui (teoria della mente).

Ad ogni incontro viene proposta una traccia-attivatore (per produrre testi di tipologia differente, dalla fiaba al racconto di viaggio, dalla cronaca alla lettera d'amore) e gli utenti vengono aiutati ad ideare e poi sviluppare il proprio scritto che una volta terminato potrà o meno essere condiviso con il gruppo.

GRUPPO DI RIABILITAZIONE NEUROPSICOLOGICA Pazienti con disabilità psichica traggono grande beneficio da procedure strutturate che seguono gerarchie logiche. La Neuropsicologia si caratterizza per il suo obiettivo di studiare i processi cognitivi e comportamentali, correlandoli con i meccanismi anatomico-funzionali che ne sottendono l'attuazione, pertanto in tale gruppo si passano in rassegna tutti i costrutti legati alle funzioni esecutive ed in modo particolare alla capacità di *problem solving* e *decision making*, alla memoria, all'attenzione ed alla concentrazione. Gli obiettivi cardine di tale gruppo sono: favorire il potenziamento di attenzione, concentrazione e memoria operativa, incoraggiare un atteggiamento mentale che tiene in considerazione le conseguenze di una soluzione ad un problema e sviluppare un atteggiamento razionale verso i problemi in generale, attraverso esercitazioni pratiche e strutturate.

TRAINING SUL BENESSERE SOGGETTIVO Il gruppo/*training* sul benessere soggettivo ha come obiettivo cardine quello di enfatizzare il ruolo delle risorse e potenzialità dell'individuo, rispetto alle precedenti ricerche, volte ad analizzare carenze, deficit e patologie. Gli obiettivi di tale training pertanto sono: saper stimolare uno stile di vita adatto allo sviluppo del benessere soggettivo, aumentare la consapevolezza dei propri pensieri, emozioni e comportamenti finalizzati al benessere soggettivo e infine conoscere esercizi concreti, utili allo sviluppo del benessere soggettivo, attraverso sessioni di formazione e pratiche esperienziali.

GRUPPO ASSERTIVITA' La comunicazione assertiva si sostanzia nella capacità di esprimere le proprie idee, senza provare disagio, rispettando il punto di vista altrui ma ben chiarendo quanto il nostro sia differente. Apprendere l'assertività è apprendere uno strumento per migliorare la qualità nel vivere le relazioni con gli altri, di qualunque natura esse siano. Tale gruppo si pone l'obiettivo di migliorare: l'autonomia emotiva attraverso l'abilità di riconoscere le emozioni, la promozione della libertà espressiva ovvero la capacità di comunicare emozioni attraverso molteplici strumenti comunicativi, la promozione del rispetto per sé e gli altri identificando i propri diritti in relazione a quelli altrui al fine di mediare le esigenze personali con quelle sociali, l'apprezzamento di sé e degli altri lavorando, attraverso esercitazioni pratiche come i *role playing* alternati a sessioni di formazione, sulla stima di sé come capacità di valorizzare gli aspetti positivi dell'esperienza con una visione funzionale e costruttiva del proprio ruolo sociale.

GRUPPO DI MUSICO-TERAPIA Il gruppo ha lo scopo di trasmettere ai pazienti una tecnica espressiva finalizzata alla manifestazione di sentimenti ed emozioni. Il canale sonoro viene inoltre proposto come mezzo per scaricare energia e ansia.

GRUPPO RESTITUZIONE RICHIESTE I pazienti sottopongono all'equipe le richieste per le uscite prolungate che programmano nel weekend o durante la settimana utilizzando un modulo che serve a stimolare la



CREST

Centro per lo studio e la terapia dei disturbi della personalità

strutturazione delle uscite. Dopo aver valutato in riunione di equipe le richieste dei pazienti, viene effettuato un gruppo in cui si comunica se il programma di uscita è stato o meno approvato ed eventuali variazioni. L'obiettivo è quello di far emergere, condividere e cristallizzare le capacità di strutturazione del tempo, delle attività, dei propri obiettivi, delle spese e la capacità di prevedere e fare fronte a situazioni di difficoltà, sia personali che pratiche, attraverso risorse personali.

GRUPPO FEEDBACK USCITE Questa attività viene effettuata ogni lunedì con lo scopo di condividere con il gruppo quanto avvenuto durante le proprie uscite strutturate e nel tempo libero del weekend. L'attività di feedback viene favorita attraverso uno specifico modulo che viene consegnato la domenica sera e compilato individualmente prima del gruppo stesso. Il modulo si focalizza principalmente sulle attività effettuate, il budget utilizzato, gli obiettivi dell'uscita, gli eventuali ostacoli incontrati e le risorse messe in atto per affrontarli. Lo scopo del gruppo è quello di favorire la condivisione e il significato delle esperienze personali nonché una focalizzazione più responsabile sul percorso previsto dal proprio progetto individuale.

GRUPPO DI GESTIONE DELLE EMOZIONI: Gli obiettivi del gruppo sono quelli di aiutare i pazienti a sviluppare o recuperare la capacità di definire, discriminare e riconoscere in se stessi e negli altri le emozioni di base e la relativa intensità; imparare a condividerle a livello verbale e non verbale in modo congruo e a gestirle quando si presentano in modo troppo intenso o danno luogo a pensieri e comportamenti disfunzionali, generando malessere o avendo un impatto negativo sulla vita sociale del paziente. Al fine di agevolare l'apprendimento delle capacità descritte sopra, durante gli incontri vengono alternate sessioni formative ad esercizi pratici-esperenziali in cui vengono utilizzati diverse tecniche (es. *role-playing*, esperimenti sociali, osservazioni in esterna, etc), materiali (es. audio, filmati, *emoticon* etc) e materiale cartaceo (diario delle emozioni, scheda emotiva etc).

Gruppi educativi/Attività pratico-riabilitative

I gruppi a carattere psicoeducativo e le attività pratico-riabilitative hanno lo scopo di dare la possibilità agli ospiti di cimentarsi in attività volte a recuperare risorse personali, conoscenze o abilità pre-esistenti o apprenderne di nuove come l'inglese, la cucina o l'informatica. Tali attività hanno anche l'utilità di integrare i curricula personali degli ospiti, atto necessario per presentarsi nella ricerca di un'attività lavorativa sul territorio, e per tale motivo le attività proposte tengono conto anche delle richieste del mercato e delle attitudini necessarie per svolgere determinate attività professionali.

I gruppi educativi e le attività pratico-riabilitative previste in Teseo sono:

LABORATORIO D'ARTE: l'arte viene qui vista come catalizzatore delle emozioni degli individui, per cui le espressioni artistiche vengono utilizzate per trasmettere ciò che l'individuo sente, percepisce e vede. Con questo presupposto la realtà che viene rappresentata attraverso un'opera d'arte è la realtà dell'individuo che la crea, sia attraverso un brano musicale, una foto o un dipinto. Si parla di una realtà soggettiva e personale. Ciò accade anche quando l'individuo ascolta, osserva e visiona un'opera di qualcun altro: ciò che viene esperito fa parte della realtà del fruitore. In questo senso questo gruppo viene concepito come un momento dove si può utilizzare l'arte, sia come creatori che come fruitori, come mezzo di comunicazione della realtà personale e soggettiva, soprattutto per ciò che concerne l'espressione dell'emotività.

LABORATORIO CINEMA: Questo gruppo, attraverso alcune sessioni di formazione teorica alternate da incontri più interattivi e dinamici, intende far acquisire conoscenze sulle linee fondamentali della storia del cinema, le correlazioni tra pellicole ed eventi storici, il linguaggio cinematografico ed infine le tecniche e



CREST

Centro per lo studio e la terapia dei disturbi della personalità

strumenti utilizzati per la realizzazione di un film. I pz, dopo una prima parte teorica, grazie all'aiuto di alcuni professionisti esterni alla CT, sono chiamati a diventare protagonisti nella realizzazione di un cortometraggio sperando così alcune abilità sociali di base come la cooperazione, il *problem solving* e il *decision making*.

GRUPPO LAVORO Il gruppo Lavoro si occupa di seguire il progetto di reinserimento lavorativo di ciascun ospite ritenuto pronto a tale passaggio. Il reinserimento si svolge in più fasi e in collaborazione con alcuni degli enti territoriali addetti a tale funzione. L'obiettivo è quello di accompagnare il paziente in tutte le fasi: dalla stesura del proprio curriculum, alla preparazione del colloquio di lavoro fino all'inserimento in un percorso territoriale per la riqualificazione, lo svolgimento di un tirocinio o l'inserimento lavorativo.

GRUPPO ECONOMIA DOMESTICA: consiste in un intervento educativo, effettuato sia in gruppo che con interventi individualizzati, con sessioni formative e molte attività pratiche riguardanti la gestione quotidiana di tutte quelle mansioni necessarie per gestire un'abitazione: fare la spesa: riordinare e conservare il cibo; pulire la cucina; effettuare il riciclo; etc. L'intervento educativo viene declinato in base al differente grado di autonomia mostrato da ogni ospite. La finalità è pervenire alla massima autonomia possibile in attività ritenute fondamentali nella vita di tutti i giorni e in particolare in vista di un rientro in una situazione abitativa a bassa protezione o in autonomia, nonché all'incremento delle abilità di base.

GRUPPO COMPETENZE TERRITORIALI: Il gruppo nasce dall'esigenza di incrementare il livello di autonomia degli ospiti durante le uscite sul territorio. La finalità del gruppo è quella di favorire l'insorgenza, la promozione o il mantenimento di abilità sociali di base definite come "competenze territoriali" quali la capacità di muoversi e orientarsi sul territorio con l'utilizzo dei mezzi pubblici, la capacità di gestire il denaro e il proprio tempo libero, organizzandolo e sfruttando le risorse del territorio. Per raggiungere questi obiettivi vengono utilizzati tecnologie quali *smartphone* e *pc*, avvicinando gli ospiti ad un uso consapevole di applicazioni, che ormai caratterizzano la vita di ognuno, quali *google maps*, *groupon*, siti per l'acquisto dei biglietti per i mezzi di trasporto e diari per il monitoraggio delle entrate e delle uscite per iniziare a strutturare un piano di risparmio. Durante il gruppo vengono utilizzate differenti tecniche, come il *problem solving* o il *brain storming*, molti materiali differenti, soprattutto le nuove tecnologie, e vengono effettuate esercitazioni e uscite sul territorio al fine di esercitare quanto appreso.

LABORATORIO DI CUCINA Questo gruppo, caratterizzato da una forte componente pratica, favorisce la stimolazione di varie funzioni e abilità motorio-prassiche, cognitive e socio relazionali; si prefigge, perciò, attraverso la componente conviviale che caratterizza il cibo e l'alimentazione, di migliorare i rapporti interpersonali tramite il lavoro di gruppo, nonché l'apprendimento di tecniche di cooperazione e la definizione di ruoli.

RIUNIONE DELLA CASA Questo gruppo, organizzato come una vera e propria Riunione della casa, si pone l'obbiettivo di facilitare la risoluzione di problemi di tipo organizzativo all'interno della comunità tra gli ospiti, di organizzare con loro i vari tipi di turni (cucina, lavatrice, bagni, spesa) ed attività di vario genere. Lo scopo è quello di permettere agli ospiti di sperimentare da sé, con la mediazione dell'operatore, alcune *skills* come *problem solving*, *decision making*, pensiero creativo e cooperazione.

GRUPPO INGLESE Il gruppo inglese è un'attività serale volta all'insegnamento attivo delle basi della lingua inglese. Il termine "attivo" è utilizzato per sottolineare la partecipazione degli stessi ospiti, che, avendo un differente background scolastico e avendo studiato la lingua straniera a vari livelli, hanno la possibilità, di volta in volta, di portare la propria conoscenza al servizio degli altri. Essendo strutturato in un tempo serale



CREST

Centro per lo studio e la terapia dei disturbi della personalità

limitato, l'attività consiste in una breve introduzione teorica ai nuovi argomenti, seguita da esercizi o giochi di gruppo, per favorire non solo l'apprendimento teorico, ma l'interazione e la collaborazione. Lo scopo del gruppo è quello di potenziare l'uso e la scelta contestuale della lingua, molto più che la sola conoscenza di essa. Inoltre, la collaborazione attiva degli ospiti, comporta un insegnamento e un aiuto reciproco, favorendo anche la capacità di insegnare e di spiegare, oltre che quella di imparare.

GRUPPO RACCONTI BREVI è un'attività svolta nella fascia oraria serale, prevede la Lettura Guidata in Gruppo di varie tipologie di brevi testi -brani di libri, poesie, storie zen, proverbi, favole e miti- che rappresentano il comportamento umano nelle sue infinite sfaccettature. Obiettivo principale è creare uno spazio di condivisione che tenda a stimolare l'ingaggio sociale di gruppo, aiutando gli ospiti ad affrontare "l'essere in gruppo", favorendo il potenziamento delle abilità di comunicazione e l'interazione con scambio spontaneo di sentimenti-emozioni-idee con gli altri componenti del gruppo. Sperimentarsi direttamente nella lettura, inoltre, favorisce le proprie capacità espressive, stimolando la "messa in gioco" in un contesto protetto, mettendo in circolazione autostima e fiducia.

GRUPPO LUDICO-RICREATIVO Grande attenzione viene data anche alla possibilità di imparare a impegnare il proprio tempo libero con attività divertenti, rilassanti e soddisfacenti, che diano anche agli ospiti la possibilità di sviluppare competenze e conoscenze di tipo culturale e artistico. A tale fine vengono organizzate, soprattutto nel weekend e nei giorni festivi, attività strutturate in comunità (giochi di società, visione di film o realizzazione di lavori creativi) e fuori dalla struttura (visite a mostre o luoghi culturali, cinema, partecipazione a concerti e spettacoli teatrali, passeggiate, visite a fiere e mercati, etc.).

Gruppi di cura di sé e cura della salute

I nostri infermieri si occupano specificatamente di promuovere la cura e la salute dei nostri ospiti attraverso gruppi e interventi individuali quali:

ATTIVITA' PSICOMOTORIA L'attività psicomotoria mira a promuovere la salute psicofisica degli ospiti attraverso l'esercizio fisico. Questo intervento riabilitativo agisce positivamente sull'apprendimento motorio, sulla consapevolezza corporea, sulla coordinazione dei movimenti, sulla capacità di attenzione, sulla mobilità articolare e su quella muscolare. Questo gruppo viene svolto in due incontri settimanali da 30 minuti l'uno, condotti dall'infermiere in turno che propone, alternativamente, esercizi aerobici, di potenziamento muscolare, di stretching e camminate al di fuori della comunità.

GRUPPO CURA DI SE' Il gruppo cura di sé valorizza l'importanza di un'adeguata cura personale e del proprio ambiente, sottolineando i benefici che si possono trarre a livello del benessere individuale e sociale. Vengono così favoriti il recupero e l'ampliamento delle abilità e competenze che riguardano la cura dell'igiene personale, dell'abbigliamento e degli spazi della vita quotidiana. Gli incontri sono sia di tipo formativo che pratici con il supporto di video, immagini e dimostrazioni da parte dell'infermiere. I pazienti vengono poi affiancati e monitorati individualmente nelle varie attività.

AUTOSOMMINISTRAZIONE L'obiettivo dell'autosomministrazione è quello di responsabilizzare il paziente, aiutandolo nell'utilizzo e nell'adesione alla terapia psichiatrica, e raggiungere quindi l'autonomia necessaria per un'assunzione consapevole. Questa procedura è divisa in due parti: una formativo-teorica, dove vengono spiegati l'importanza di assumere correttamente la terapia, i passaggi da seguire e alcune indicazioni per ridurre al minimo la possibilità di errori; una pratica in cui il paziente, sotto la supervisione dell'infermiere, assume in autonomia



CREST

Centro per lo studio e la terapia dei disturbi della personalità

la terapia. Infine è presente un periodo di osservazione.

GRUPPO ALIMENTAZIONE: La finalità del gruppo è quella di aumentare l'autonomia in attività ritenute fondamentali nella vita di tutti i giorni e in particolare in vista di un rientro in una situazione abitativa a bassa protezione o in autonomia, nonché di responsabilizzare gli ospiti rispetto a tutte le pratiche e abitudini connesse all'alimentazione. Gli incontri avvengono attraverso sessioni formative e molte attività pratiche e hanno come tema: la promozione dei principi base per una sana e corretta alimentazione, la conoscenza delle varie modalità di preparazione dei pasti, le proprietà e gli usi alimentari delle piante aromatiche, le normative igieniche necessarie in cucina per una corretta pulizia della persona, degli utensili e degli spazi, nonché le norme per una corretta conservazione degli alimenti.