

## Giuseppe e l'importanza di uno sguardo

*“Uno dei motivi per cui si deve parlare della malattia mentale è per rompere lo stigma. A me hanno sempre detto che non ce l’ho scritto in fronte che arrivo dalla Psichiatria”.*

Inizia così la storia di Giuseppe, un uomo che, oggi, ha un lavoro, una casa ed è autonomo. Ma la sua storia parte da lontano, quando ancora esistevano gli Ospedali Giudiziari Psichiatrici, case di reclusione che negli anni settanta avevano sostituito i manicomi criminali, poi aboliti poi nel 2013 e chiusi definitivamente nel 2015.

*“Sono entrato in O.P.G. forse nel 1998, l’O.P.G. è l’Ospedale Psichiatrico Giudiziario. Avevo commesso un reato grave e poi il medico ha creato un percorso di recupero per me, così, nel 2003 ho iniziato un progetto di riabilitazione e son tornato a casa da mio padre e da lì in Comunità ad Asti. La direttrice che era cattiva e io non mi trovavo bene. La mia patologia era la schizofrenia paranoica, poi un po’ quella è passata e sono diventato psicotico. Io mi sento normale, so di avere un problema ma sono una persona normale”.*

Cerca di schiarirsi la voce e si scusa perché dice che lui in grammatica non è mai stato bravo. Le parole arrivano al cuore però e sono flash di ricordi che si susseguono: *“Piano piano ho iniziato a frequentare la ASL quando sono tornato a Torino. Tante volte ritornavo all’O.P.G., con il treno, quando ancora si poteva fumare... Preciso che io ho pagato il mio debito con la legge e adesso lavoro e da un po’ di anni vivo da solo”.*

*“L’esperienza all’O.P.G. di Aversa è stata utile, era un ambiente molto duro, il detto che ripetevamo tra noi era: Sai quando entri, ma non sai se esci. Gli infermieri aumentavano le dosi della terapia ed eravamo tutti “fulminati”...si dice così... Fulminati. Da Aversa son passato a Reggio Emilia e c’era molta differenza, anche come struttura...”*

Ci sono vari tipi di Comunità: di tipo riabilitativo, terapeutico... Ma come si vive in una comunità?

Sorride e racconta *“Sono stato nella Comunità di Asti dove ho conosciuto il primo amore. Anche lei era in comunità. Avevo trent’anni...A trent’anni la gente si sposa ed io ho conosciuto il mio primo*

*amore. È durata un anno e mezzo. Eravamo molto coinvolti. Io gli caricavo il telefonino, gli facevo dei regali. Per lei sono stato tre volte in repartino. Quando andavamo da mio padre lei si vantava dei suoi precedenti amori e questo mi faceva andare fuori di testa...Un anno mezzo e poi son finito al repartino per staccare la spina.... Da Asti son passato alla Comunità di Volpiano”.*

*“Ricordo una volta che mi hanno fatto lavare i vasi e mi sono bagnato tutto. Era inverno, faceva freddo, ho chiesto di cambiarmi per mettere addosso qualcosa di asciutto, ma l’operatore non ha voluto”.*

Quanti anni ha Giuseppe? *“Adesso ho 46/47 anni”*, risponde senza pensarci troppo. In fondo anche l’età è un’etichetta.

*“Poi son finito a San Benigno. Man mano che migliori e sei in via di guarigione hai sempre maggiore autonomia. A San Benigno lavoravo in un pioppeto e con i cavalli. Facevo lo stalliere. Facevamo le partite di calcetto e ...devo dire una cosa importantissima... Abbiamo fatto la partita di calcetto con le glorie del Toro: Cuccureddu, Graziani, Ferri...Abbiamo vinto noi ma loro dicevano che era un pareggio. Poi facevamo le gite nei posti dintorno e ho lavorato anche in un roseto, nelle serre”.*

Tanto lavoro per redimersi e tornare alla vita “normale”.

Racconta del suo arrivo nel Gruppo Appartamento: *“Nel 2010 sono arrivato nel Gruppo Appartamento, era il 22 dicembre. Me lo*



*ricordo perché c'era la festa di Natale con gli operatori e i pazienti..."*

Il Gruppo Appartamento è l'ultimo step prima dell'autonomia completa. Il rapporto che si instaura con l'operatore è molto importante. Da un lato il ruolo dello psicoterapeuta dall'altra la persona e Giuseppe descrive tale rapporto così: *"La cosa più importante è la fiducia che si crea con l'operatore. Ti affezioni con le persone che incontri. Non siamo robot. Adesso che sono riabilitato nella vita normale, incontro ancora gli operatori dei servizi non perché abbia bisogno di fare terapia...giusto per fare quattro chiacchiere. Lunedì faccio fitwalking con il gruppo della ASL, poi faccio piscina, musico-terapia dove si canta. Io pensavo si suonasse, invece si cantava..."* ride Giuseppe perché lui suona chitarra, batteria e tastiere. In fondo l'importante è stare insieme, incontrare altre persone e Giuseppe è consapevole di questo.

A proposito del successo del suo recupero suggerisce, a chi percorre il viaggio della riabilitazione, tre cose: *"La prima è di uscire di casa, frequentare gente, amici sia della psichiatria sia fuori dalla psichiatria e di avere fiducia in loro; la seconda è seguire la terapia, sempre; la terza è la consapevolezza di se stessi e dei propri limiti. Mantenere sempre il controllo e riconoscere il sintomo e la propria sofferenza".*



Ma Come funziona il Gruppo Appartamento?

Giuseppe risponde che *"Ci sono turni in cucina, la spesa da fare. Il nostro appartamento poteva ospitare fino a cinque persone e questo impone nella convivenza con gli altri, di accettare il carattere e la sofferenza degli altri che non sempre è simile alla tua. Il confronto però è sempre utile ed è una palestra che prepara a vivere da soli. Adesso ho voluto la bicicletta e devo pedalare da solo: mi pago le bollette, ho imparato a gestire il mio stipendio".*

Cos'è la fragilità Giuseppe? *"La fragilità è quello che ti spaventa dell'altro. Io sono sensibile allo sguardo delle persone. Quando stavo male cercavo la serenità nello sguardo dell'operatore.*

*Un aspetto della psicosi è aver paura dello sguardo degli altri e le sensazioni diverse.. Adesso mi affido di più. Ogni giorno mi relaziono con gli altri e sempre di più ho fiducia delle persone".*

E' solare Giuseppe, scherza e conclude dicendo: *"io non sono mai aggressivo, sono molto affettuoso e gli altri mi vogliono bene... Ricordo una dottoressa che quando è andata via si è messa piangere".*