

Il mondo è pieno di pazzi, un po' lo siamo anche noi...

# ModestaMente

*Il Giornale delle comunità psichiatriche della Fondazione Gusmini di Vertova!*

**Anno 12, N.122**

**Maggio 2026**

## **IL RISPETTO PER LA DONNA NON E' UN OPTIONAL**

Per secoli, il ruolo femminile è stato confinato entro schemi rigidi, spesso giustificati da tradizioni, stereotipi o interpretazioni culturali ormai superate. Oggi, nonostante i progressi legislativi e sociali, persistono disuguaglianze evidenti: nel lavoro, nella rappresentanza, nella sicurezza personale. Il rispetto, quindi, non può essere ridotto a un principio astratto: deve tradursi in comportamenti concreti, quotidiani.

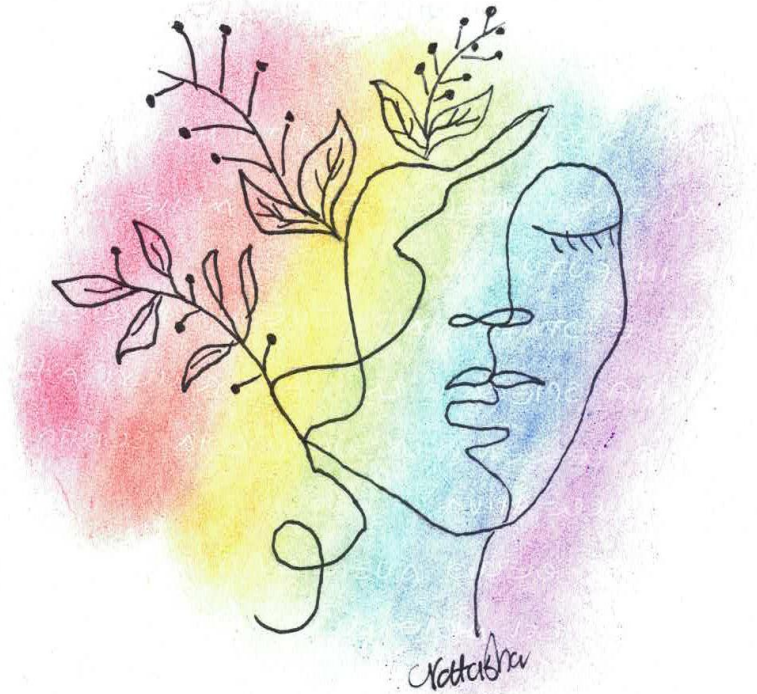
Rispettare le donne significa riconoscerne l'autonomia, ascoltarne la voce senza pregiudizi, garantire pari opportunità e contrastare ogni forma di violenza, fisica o verbale.

Ma il rispetto non si impone solo con le leggi: si costruisce attraverso l'educazione. È nelle famiglie, nelle scuole e nei media che si formano le coscienze. Insegnare il rispetto significa educare al valore dell'altro, alla parità, all'empatia. Significa crescere generazioni capaci di relazioni sane e consapevoli.

In comunità ci hanno fatto vedere e parlare del film della Cortellesi "C'è ancora domani". Questo è brevemente quello che è uscito: **rappresentazione**. Sottolinea l'importanza di rappresentare le donne in ruoli attivi e positivi, incoraggiando il pubblico a riconoscere il valore delle donne nelle loro diverse sfaccettature.

Il film, pur essendo una commedia, funziona come piattaforma per discussioni più ampie sul rispetto e sull'uguaglianza di genere. È un buon esempio di come il cinema possa influenzare il pensiero e contribuire a cambiamenti sociali positivi.

QUANDO SI SCRIVE  
DELLE DONNE  
BISOGNA INTINGERE  
LA PENNA NELL'ARCOBALENO



Valentina

## Trama



**Roma**, maggio **1946**. In seguito alla sconfitta e alle devastazioni della **seconda guerra mondiale**, la città, come il resto dell'**Italia**, è occupata dai reparti militari **alleati**; sono inoltre imminenti il **referendum istituzionale** e l'**elezione dell'Assemblea Costituente** del 2 e 3 giugno. Nel quartiere storico di **Testaccio** vive la famiglia Santucci, composta dalla madre Delia, dal marito Ivano, uomo manesco e irascibile che quotidianamente **percuote**, deride e svilisce la moglie, dal padre di quest'ultimo, Ottorino, di uguale indole, e dai tre figli Marcella, Sergio e Franchino. La primogenita disapprova la madre per la passività con cui subisce gli abusi coniugali e con cui accetta i tradimenti di Ivano durante le sue uscite serali. Le giornate di Delia trascorrono tra le violenze fisiche e psicologiche perpetrate dal marito, le faccende domestiche e vari lavori sottopagati, tra cui un

impiego in una fabbrica di **ombrelli** dove un giovane **apprendista**, con molta meno esperienza di lei, riceve una paga maggiore solo perché uomo. Le uniche fonti di sollievo per la donna sono l'amicizia con Marisa, una fruttivendola spiritosa e ottimista che, al contrario di Delia, ha una relazione matrimoniale sana, e con il meccanico Nino, con cui in gioventù aveva avuto una storia d'amore, il quale le propone di emigrare con lui al **Nord** per avere prospettive lavorative e di vita migliori. Un giorno, Delia restituisce una foto di famiglia, trovata casualmente per strada, a un soldato **afroamericano**, William, che l'aveva smarrita. Il militare la ringrazia offrendole del **cioccolato**, ma i due non riescono a comunicare in quanto lei non conosce l'**inglese** e lui non conosce l'**italiano**. Dopo altri incontri fortuiti, William nota i lividi sul corpo di Delia e, intuendo le sue difficoltà, le fa capire, a gesti, di essere disposto ad aiutarla; lei però accelera il passo per allontanarsi, impaurita dalla possibile reazione del marito. La donna intanto riceve anche una misteriosa lettera che inizialmente getta via, ma in seguito decide di custodire, traendo da essa la forza per reagire alla sua condizione. Prima pagina dell'edizione del 6 giugno 1946 del quotidiano **Corriere della Sera**, che riporta l'esito del referendum istituzionale del 2 e 3 giugno, narrato nel film. Nel frattempo Marcella frequenta Giulio Moretti, il giovane rampollo di una famiglia benestante che è proprietaria di un **bar** della zona: Ivano è soddisfatto per il tornaconto economico che scaturirebbe dalle nozze, mentre Sergio e Franchino non vedono l'ora che la sorella si sposi e lasci la casa soltanto per poter occupare il suo letto e non dover più dividerne un altro presente nella stanza. Nonostante il pranzo offerto dai



Santucci alla famiglia di Giulio sfoci in un disastro a causa del comportamento volgare di Ivano, Sergio, Franchino e Ottorino, i due ragazzi si fidanzano ufficialmente. Poco tempo dopo, Delia si accorge che Giulio, che fino a quel momento era sempre stato molto gentile, disponibile e comprensivo con tutti, ha iniziato a manifestare verso Marcella gli stessi atteggiamenti problematici che Ivano manifestava verso di lei quando si erano fidanzati. Temendo che la figlia possa fare la sua stessa fine, oppressa e umiliata da un marito violento, possessivo e magari anche infedele, Delia tenta di ragionare con Ivano il quale, pur non avendo in simpatia la famiglia di Giulio, insiste sul fatto che il matrimonio si farà perché i soldi servono. Delia, quindi, con l'aiuto di William, fa esplodere il bar della famiglia Moretti, mandandola sul lastrico, causando la fine del fidanzamento e la disperazione di Marcella; la giovane vorrebbe sposare comunque Giulio, ma Ivano, da quando

i Moretti sono ridotti in miseria, si oppone senza mezze misure al matrimonio. A questo punto Delia è ormai decisa a ribellarsi al marito e sceglie di farlo il 2 giugno, giorno della partenza di Nino per il Nord. Quando giunge l'ora, come pretesto, la donna dice al marito di dover andare a fare delle [iniezioni](#) nel palazzo di Marisa, come faceva sempre a quell'ora, così da potersi allontanare senza destare sospetti. Proprio quel giorno, tuttavia, il suocero Ottorino, da tempo malato e costretto a letto, ha avuto un peggioramento improvviso ed è morto. Viene quindi allestita la [veglia funebre](#) che costringe Delia a restare a casa per tutto il giorno. La donna tuttavia non si perde d'animo, dicendosi che «c'è ancora domani» per mettere in atto il suo piano. La mattina seguente, mentre Marcella dorme, Delia le lascia sul comodino una busta con una lettera e dei soldi che aveva originariamente messo da parte per il corredo nuziale della figlia all'insaputa di Ivano che invece avrebbe voluto cavarsela riciclando il vecchio abito da sposa della moglie; ora invece Delia desidera che la figlia utilizzi la somma accantonata per poter studiare e diplomarsi, in contrasto con il volere del marito, il quale aveva deciso che Marcella, in quanto donna, avrebbe dovuto accasarsi e che sarebbe stato opportuno investire solo per l'istruzione dei due figli maschi. Delia quindi esce di casa e si scopre solo a questo punto che non ha alcuna intenzione di fuggire con Nino, come poteva sembrare, bensì di recarsi alle urne a votare per la prima volta. Poco prima di entrare al [seggio](#), si rende conto di aver smarrito la [tessera elettorale](#), che altro non era se non il contenuto della lettera da lei ricevuta e che le era caduta inavvertitamente prima di uscire di casa. In quel momento sul posto sopraggiungono sia Ivano, il quale, accortosi della tessera sul pavimento, intende riportare la moglie a casa con la forza, sia Marcella che ha recuperato la tessera con l'intento di consegnarla alla madre per permetterle di votare. La ragazza riesce a farsi strada tra la ressa dei votanti e a dare il documento a Delia, la quale può quindi esprimere il proprio voto.

All'uscita dal seggio, Ivano si dirige minaccioso verso la moglie, ma lo sguardo deciso di Delia, che lo fissa senza timore, circondata da tutte le altre donne che come lei hanno votato per la prima volta, lo spinge a fermarsi, a desistere e ad andarsene.

**Michela**



## NIENTE ETICHETTE

*“Una società è davvero giusta quando il rispetto non dipende dal genere, la libertà non è un privilegio e ogni persona viene riconosciuta per ciò che è, non per il ruolo che le viene imposto.”*

Dal 1946, con la conquista del **diritto di voto**, le donne in Italia hanno iniziato un percorso di trasformazione che ha cambiato profondamente la società. Da allora, la loro presenza nella politica, nel lavoro e nella vita pubblica è cresciuta sempre di più.

Un'altra legge molto importante è stata la legge sul divorzio, approvata in Italia nel 1970.

Questa legge è stata una conquista di civiltà perché ha dato alle donne la possibilità di scegliere e decidere di non restare in una relazione in cui non si sta bene.

Sicuramente le donne, oggi, sono più libere di divorziare rispetto al passato. Anni fa non si divorziava così facilmente e spesso si stava insieme comunque anche se la relazione era difficile, anche per salvaguardare i figli oppure per paura del giudizio.

Oggi le cose sono cambiate, molte donne hanno raggiunto una maggiore **indipendenza economica**, mentre gli uomini partecipano più attivamente alla gestione della casa e alla cura della famiglia. Si parla sempre più di **condivisione dei ruoli** e di collaborazione, invece che di compiti imposti in base al genere.



Nonostante ciò ci sono ancora **stereotipi** difficili da superare: spesso la donna viene vista ancora soprattutto come **madre** e figura di riferimento per la casa, più che per i suoi successi **professionali** o **personali**.

A volte le donne sono viste solo per come appaiono esteticamente, ad esempio ci sono donne influencer che costruiscono la loro carriera solo sulla bellezza e sul denaro. Questo puntare eccessivamente sull'apparenza secondo noi sminuisce quelle donne che invece costruiscono con impegno, studio e professionalità il proprio futuro.

Anche se le condizioni delle donne all'interno della società sono molto migliorate, ci sono ancora oggi donne vittime di **violenza domestica** fisica e verbale e, purtroppo, nei casi più gravi di **femminicidio**.

Crediamo sia importante parlare di questi temi per promuovere **una cultura del rispetto che non tolleri la violenza**, perché il rispetto parte anche dalle nostre parole, dalle nostre idee, dal confronto libero e pacifico e dalla volontà di ascoltarci e accettarci per come siamo, senza distinzioni, uomini e donne.



## UNA VOCE CHE SI ALZA

Perché non te ne vai?  
E 'ndo vado?

C'è ancora domani

---

Il valore della donna, oggi come ieri.

L'8 marzo è passato, ma il nostro sguardo non deve cambiare.

Celebrare la donna non significa solo ricordare una data sul calendario, ma riconoscere ogni giorno il valore della sensibilità, della resilienza e dell'ascolto che le donne portano nella nostra società.

Un valore che va oltre il fiore

Spesso si pensa a questa ricorrenza solo come a un momento di omaggio floreale. Tuttavia, il vero rispetto nasce dalla consapevolezza che ogni donna è portatrice di una storia unica.

Il film di Paola Cortellesi, C'è ancora domani, ci ha ricordato con brutale bellezza che celebrare la donna non è una ricorrenza sul calendario, ma un atto di giustizia quotidiana.

La storia di Delia non è solo un racconto del passato; è lo specchio di quella resilienza silenziosa che molte donne portano ancora nel cuore.

Il film ci insegna che il vero rispetto nasce quando una donna smette di essere "invisibile" agli occhi di chi le sta accanto.

In comunità, proprio come nel film, il valore si traduce in gesti concreti:

**Empatia:** La capacità di Delia di comprendere il dolore altrui pur vivendo il proprio. In comunità, è l'accoglienza del dolore dell'altro senza mai giudicare.

**Resilienza:** Non è la forza dei muscoli, ma quella determinazione silenziosa che permette di affrontare le difficoltà quotidiane con una dignità incrollabile.

**Cura:** Il coraggio di iniziare a guardare a sé stesse non come un peso, ma come una risorsa preziosa.

Un impegno quotidiano

Il rispetto non è un evento isolato, ma il "filo di cotone" che deve intrecciarsi in ogni nostra conversazione. Significa riconoscere l'autonomia di ogni donna, sostenerne i desideri e proteggerne la sensibilità, abbattendo quegli stereotipi che per troppo tempo hanno chiesto alle donne di restare un passo indietro.

"La forza delle donne non si misura dai colpi ricevuti o dai carichi trasportati, ma dalla capacità di trasformare la fragilità in una nuova forma di libertà."

C'è sempre un domani

In questo numero del nostro giornale, vogliamo che ogni lettrice si senta come la protagonista della propria storia. Non vogliamo celebrare un "giorno speciale", ma la persona straordinaria che siete in ogni istante del percorso che stiamo facendo insieme.

Perché, come ci insegna il film, non è mai troppo tardi per far sentire la propria voce e per ricordarsi che, nonostante tutto, c'è ancora domani.

*La redazione CPA*

## QUANDO IL SILENZIO SI ROMPE

Parlare del valore e del rispetto per la donna significa toccare corde profonde, fatte di storie, lotte, conquiste e ferite ancora aperte. Significa dare voce a esperienze vissute, a sguardi che troppo spesso non sono stati ascoltati, alla dignità che non dovrebbe mai essere messa in discussione. In questo articolo si intrecciano pensieri diversi, nati da sensibilità e percorsi diversi, ma uniti da un sentire comune: riconoscere la donna nella sua forza e nella sua umanità.

*Davide:* “Le mani addosso ad una donna non vanno mai messe. Se però c'è una critica costruttiva o se c'è un elemento di realtà è giusto che nasca un confronto. Noi uomini siamo tutti uguali ma diversi e idem la donna, ognuno di noi ha la sua storia, il suo vissuto, il suo passato ecc...ogni donna può avere il suo pensiero e il suo valore. Lavorativamente parlando mi trovo meglio a lavorare con gli uomini perché sono più “leggeri” e se la prendono meno.”

*Matteo:* “Per quanto riguarda il rispetto io lo dò a priori, che tu sia uomo o donna.

Se tu pretendi rispetto da me tu me lo devi anche dare, serve sempre.

Per quanto riguarda il rispetto delle donne noto che molte donne vogliono la parità dei sessi ma vogliono comunque mantenere i privilegi che hanno.

Secondo me il femminicidio non esiste e sono contrario, esiste solo l'omicidio (che sia uomo che ammazza uomo, donna che ammazza donna ecc...).

Poi è vero che alcune donne vengono maltrattate e questo è sbagliato, però è sbagliato anche se succede ad un uomo.

Io trovo che sfortunatamente nell'ultimo periodo molte donne approfittano della situazione attuale, dove le donne devono essere “protette” però possono rovinare un uomo.”

*Nicola:* “Secondo me stiamo prendendo alla leggera quello che succede alle donne, spesso le donne anche sul lavoro vengono abusate ma devono stare zitte perché altrimenti non vengono credute.

Fino a qualche anno fa in Italia c'era il *delitto d'onore*, dove un uomo poteva uccidere la donna se era stato tradito...e questo fino a non moltissimi anni fa!!

Le donne sono ancora sottomesse.

Un altro esempio è il cat calling, è una mancanza di rispetto grave, è esagerato.

Oggi però bisogna stare molto attenti perché qualsiasi parola sbagliata viene vista male o come un'accusa. Togliendo alcuni tabù forse si riuscirebbe a parlare e comunicare meglio anche tra uomo e donna.”

*Severina:* “Io ho vissuto personalmente una mancanza di rispetto da parte di un uomo, ero giovanissima e lui si è approfittato di me e sono io che poi ho dovuto pagare i conti. Spesso sono le donne a dover pagare, sia per il loro errore che per quello dell'uomo”

*Angela:* “A 21 anni circa avevo un moroso, per i primi tre/ quattro mesi andava tutto bene, poi ha iniziato a farmi male e io ho nascosto questa cosa per circa due anni.

Tempo dopo ne ho parlato con la psicologa che mi ha aiutata a trovare la forza di parlarne con mia madre, che però aveva già capito tutto.

In quell'anno ho sofferto davvero tanto e ho trovato la vicinanza delle mie amiche.

È stata una relazione che mi ha creato molta ansia. Io ho vissuto sulla mia pelle la mancanza di rispetto e ancora oggi non sono riuscita a perdonarlo.”

*Jacopo:* “Le donne sono aiuto, io le rispetto perché mi sono spesso d'aiuto.

In questi ultimi tempi c'è una discordia molto forte tra uomo e donna.”



*Mattia:* “Secondo me le donne non vanno insultate perché bisogna portare rispetto, anche perché una donna poi ci rimane male. Io e la mia famiglia abbiamo vissuto in prima persona il vero significato del femminicidio ed è stato davvero doloroso”

*Valentina:* “Io penso che il rispetto in generale sia fondamentale per vivere e convivere, sia per un uomo che per una donna. Con il rispetto non si intende solo non picchiare o non fare del male fisico ma anche il rispetto psicologico perché le parole fanno più male di una spada, perché le parole a volte feriscono dentro l'anima e a volte fanno ancora più male.”

CRM, Agorà



### IL RISPETTO NELLE RELAZIONI

Questo mese abbiamo affrontato un tema molto importante che riguarda la considerazione che abbiamo verso “l’altro” e verso noi stessi. Stiamo parlando del Rispetto.

Il rispetto è quel sentimento di stima, considerazione verso le persone, regole ed istituzioni. Il rispetto significa riconoscere i limiti, i bisogni e la dignità dell’altro nonché di noi stessi.

Sin dalla tenera età siamo stati educati al rispetto e siamo cresciuti imparando quanto questo possa essere fondamentale nelle relazioni umane, un imprescindibile valore senza il quale ognuno perderebbe la propria dignità e la società non assomiglierebbe a quella che attualmente conosciamo.

Vi siete mai chiesti perché rispettiamo le persone? Rispettiamo gli altri perché probabilmente vorremmo in primis essere rispettati e quindi il rispetto reciproco diventa un circolo virtuoso che permette alle relazioni di funzionare tendenzialmente bene.

Rispettiamo le autorità perché riconosciamo che queste agiscono per il bene collettivo, quel collettivo di cui facciamo parte; rispettiamo i nostri genitori perché riconosciamo il fatto che questi ci hanno dato la vita, ci hanno educati, cresciuti e formati come persone; rispettiamo i nostri fratelli e sorelle perché riconosciamo il legame di sangue e il fatto di appartenere alla stessa famiglia; rispettiamo i nonni e le persone anziane perché riconosciamo in loro una certa saggezza da cui possiamo apprendere; rispettiamo un amico perché riconosciamo in lui una certa lealtà, fiducia e sincerità.

Il rispetto quindi è socialmente importante, denota umanità, empatia, include aspetti affettivi ed emotivi, dà ordine al caos che regnerebbe con l’assenza di regole. Il rispetto è insomma un valore supremo che facilita l’interconnessione e l’interdipendenza delle relazioni umane.

Pensando al quotidiano, esiste un insieme di atteggiamenti e comportamenti che denotano rispetto.

La gentilezza ad esempio è importante quando ci si rapporta agli altri; incontrare una persona gentile fa sempre piacere;

La comprensione dell'altro sottintende rispetto: comprendere i limiti, i bisogni, i pregi dell'altro;

Saper ascoltare senza giudicare: quanto è piacevole sentirsi ascoltati e non giudicati?

Lasciare gli altri liberi di fare le loro scelte è un altro modo per manifestare rispetto.

Sebbene riconosciamo il rispetto come valore imprescindibile, talvolta capita a tutti di non rispettare gli altri come vorremmo. Questo può scatenare nell'altro stati d'animo spiacevoli quali rabbia, tristezza, delusione e disagio. In altri casi la mancanza di rispetto può fare insorgere sentimenti di impotenza, di inferiorità. La mancanza di rispetto allontana le persone. Per noi il rispetto ci rende completi come persone.

Affrontando questo argomento qualcuno di noi ha voluto raccontare delle situazioni in cui si è sentito mancato di rispetto. Ad esempio una signora racconta di come si è sentita quando qualcuno ha invaso il suo spazio privato rappresentato dalla sua camera. Ha provato un senso di repulsione, di rabbia e di timore che quella situazione potesse ripetersi. A suo dire ha reagito male, urlando e col senno di poi avrebbe moderato i toni.

C'è chi ricorda degli episodi in cui si è sentita mancata di rispetto da alcuni suoi amici che non riconoscevano le sue debolezze; in questi casi il sentimento prevalente è stato quello di fragilità misto a rabbia.

Talvolta può capitare che le persone a cui teniamo di più, possano mancarci di rispetto e questo ci ferisce maggiormente. La persona in questione ha avuto una reazione di chiusura relazionale e riferisce che se avesse potuto, piuttosto che chiudersi in sé stessa, avrebbe parlato con chi le ha mancato di rispetto per farle comprendere il suo dispiacere. Talvolta può succedere che una persona cara che ci offende, possa farlo con buone intenzioni o talvolta senza pensarci. Questo non significa però giustificare il comportamento irrispettoso.

C'è chi, di fronte ad un comportamento irrispettoso, risponde con indifferenza, provando ad evitare in seguito la relazione con la persona che l'ha offeso.

Ci si può sentire poco rispettati anche quando un familiare a noi vicino prende delle decisioni importanti senza averci consultato, senza aver condiviso la faccenda con noi. In questi momenti si può provare rabbia, alzando i toni anche se col senno di poi si potrebbe provare ad affrontare le situazioni con più calma, senza alzare la voce perché quando si parla di fratelli o sorelle può capitare in seguito di sentirsi in colpa per aver alzato i toni con loro.

La mancanza di rispetto la possiamo vivere quando non ci sentiamo compresi da chi vive ogni giorno con noi. Questo può farci sperimentare tristezza e angoscia. La reazione ad una mancanza di rispetto può essere impulsiva ma col senno di poi si potrebbe imparare a prendere le questioni con più leggerezza e pensare che ognuno di noi ha i propri limiti e non possiamo sempre aspettarci che tutti ci comprendano. Per concludere il tema, abbiamo discusso anche sull'argomento del "Consenso", un aspetto associato a quello del rispetto.



Il consenso è quel “sì” libero, esplicito, consapevole e revocabile, che manifestiamo in qualsivoglia tipo di relazione.

Ogni giorno, implicitamente o esplicitamente diamo e cerchiamo il consenso. Se pensiamo all’ambito comunitario e riabilitativo in cui siamo inseriti, il consenso è alla base di tutte le attività. Il fatto di aver intrapreso un percorso riabilitativo in Comunità ha presupposto da parte nostra un consenso, aver accettato in maniera libera, esplicita e consapevole di iniziare un percorso terapeutico per un miglioramento psico fisico. Ogni giorno ad esempio partecipiamo a delle attività riabilitative alle quali abbiamo espresso il nostro “sì” a parteciparvi, dopo che ce le hanno illustrate e consigliate. Ricordiamo anche il fatto che il consenso non è “per sempre”, può capitare di cambiare idea. Considerare il consenso quindi è un modo per manifestare il rispetto verso gli altri. è

Il consenso è importante nelle relazioni amicali, nelle relazioni sentimentali, sessuali, on line e nei contesti di vita quotidiana. Non posso abbracciare una persona senza che questa abbia acconsentito; non posso invadere lo spazio personale e privato dell’altro senza che questo me lo abbia concesso o senza che io abbia acconsentito. Il silenzio o una risposta ambigua, un “forse” non significa acconsentire.

Talvolta si fa fatica a dire di “no” ma è importante sviluppare questa capacità. Altre volte può capitare di accettare delle proposte perché ci si sente sotto pressione, minacciati oppure perché ci si ritrova in una condizione di vulnerabilità. In questi casi non è un consenso ma violenza.

Il tema del consenso richiama anche il tema del rispetto delle donne e dei sempre più diffusi fatti di cronaca che parlano di violenza. Secondo noi, alla base della violenza esiste una incapacità ad accettare i “no” degli altri, perché talvolta, erroneamente, ci si dimentica del consenso, del fatto che l’altro non è una nostra proprietà ma è una persona libera di prendere le sue decisioni e di vivere la sua vita come meglio crede, indipendentemente da quello che noi vorremmo per lei e pensiamo di lei. Ognuno deve sentirsi libero realmente di scegliere.

Il tema del rispetto e del consenso ci ha fatto riflettere molto su quanto sia importante la qualità delle relazioni. Solo se siamo persone rispettose possiamo creare delle sane relazioni e beneficiarne gli uni gli altri e crescere come persone.

*CPM “Il Quadrifoglio”*

## CONTATTI

Per suggerimenti, idee, consigli, critiche e per tutti quelli che vogliono mettersi in contatto con noi:

[modestamente@fondazionegusmini.it](mailto:modestamente@fondazionegusmini.it)

**Instagram: [fondazionegusmini](https://www.instagram.com/fondazionegusmini)**

035/737642 Alice- CRM Agorà

035/737678 Michele, Isabella e Anna - CPM Quadrifoglio

035/737643 Paola e Roberta - CPA Rugiada

035/737616 Manuela e Giulia - CDP Faro

## RICARICA CULTURALE

Come avviene ormai da alcuni anni, il nostro gruppo sensibilizzazione, formato da operatori dell'area psichiatrica, promuove incontri nelle scuole superiori del territorio con l'obiettivo di avvicinare i giovani ai temi della salute mentale, favorendo una maggiore consapevolezza e contribuendo a superare stereotipi e pregiudizi ancora spesso legati al disagio psichico.

Nei mesi di marzo e aprile abbiamo incontrato una classe terza del Liceo Scienze Umane dell'Istituto Romero con cui abbiamo affrontato le tematiche del disagio giovanile e delle fragilità che possono attraversare l'adolescenza oltre che sull'importanza del benessere mentale nella vita di ciascuno.

Abbiamo poi presentato il nostro lavoro quotidiano all'interno delle comunità, facendo una panoramica sui servizi di salute mentale presenti sul territorio e sulle figure professionali che operano in questo settore. Attraverso alcune interviste, in formato anonimo, fatte ai nostri utenti e poi presentate ai ragazzi della scuola, abbiamo parlato di disagio psichico, pregiudizi e percorsi personali di consapevolezza e accettazione della malattia mentale.

Gli incontri hanno rappresentato anche un'occasione per interrogarsi su sé stessi, sulle relazioni con gli altri e sul valore dell'ascolto, della comprensione e della richiesta di aiuto.

Per noi operatori è stata un'esperienza significativa e arricchente, per questo vogliamo ringraziare i ragazzi e le docenti che hanno mostrato attenzione e sensibilità rispetto a queste tematiche.

Le parole che seguono raccolgono alcune delle impressioni e dei pensieri emersi dai ragazzi al termine del percorso di incontri di sensibilizzazione: testimonianze che raccontano ciò che questa esperienza ha lasciato ai ragazzi, sia dal punto di vista personale sia rispetto al loro futuro di studio e professionale.

*Questo percorso ci è piaciuto e interessato molto perché ci ha permesso di discutere su argomenti che possono sembrare scontati ma di cui è importante parlare, ci ha permesso di scoprire una nuova realtà di cui conoscevamo poco ma che suscitava il nostro interesse che potrebbe fare parte del nostro futuro professionale. Ci ha fatto riflettere su noi stessi e sugli altri, fornendoci degli strumenti utili per affrontare la vita di tutti i giorni.*

*Per quanto ci riguarda questi incontri sono stati molto utili sia dal punto di vista personale sia in ambito lavorativo/di studio. Inoltre i primi incontri riguardanti la salute mentale di noi giovani e dell'adolescenza dovrebbero essere svolti anche nelle classi non per forza umanistiche.*

*Ci è piaciuto ricevere testimonianze da persone che lavorano in ambito psichiatrico in quanto è inerente al nostro percorso di studi e ci ha permesso di entrare in contatto con questo mondo e capire se in futuro potremmo farne parte. Pensiamo che un percorso del genere sarebbe utile proporlo in più scuole per sensibilizzare maggiormente i ragazzi e avvicinarli a questo mondo. Sarebbe stato più interessante avere più testimonianze dirette degli utenti in quanto ci ha colpito molto l'incontro con Matteo. Per quanto riguarda il lavoro in classe potrebbe essere utile creare degli schemi e/o mappe concettuali per rendere più chiara la teoria.*

*Crediamo che gli incontri siano molto utili perché ci hanno dato la possibilità di scoprire una realtà nuova e un potenziale percorso universitario. Gli operatori si sono mostrati fin dall'inizio gentili e disponibili rispondendo ad ogni nostra domanda e curiosità approfondendo l'argomento. Le attività che abbiamo svolto ci sono piaciute molto e ci hanno anche aiutato a conoscerci meglio e forse anche a capire che cosa vorremmo fare in futuro. La cosa più toccante è stata conoscere un paziente della CRM, Matteo, che ci ha spiegato la sua esperienza rispondendo alle nostre domande e leggendo la sua poesia scritta ad un laboratorio di scrittura creativa. Sarebbe stato bello aver avuto la possibilità di esplorare la struttura e gli ambienti della comunità. Ringraziamo i collaboratori per averci fatto addentrare in questo mondo in modo coinvolgente e paziente.*

*Grazie al percorso che abbiamo svolto abbiamo imparato ad andare oltre gli stereotipi riguardo la malattia mentale, ma soprattutto capire che chiedere aiuto non è mai un segno di debolezza ma un punto di forza e di presa coscienza di sé. Oltre a questo gli incontri ci hanno permesso di guardare al nostro futuro con consapevolezza anche nell'ambito lavorativo.*