



Vedano al Lambro, 15 dicembre 2012

Gentile Famiglia,

ci rivolgiamo a Voi in quanto genitori o familiari di una persona che sta effettuando il proprio percorso riabilitativo residenziale presso una Struttura della nostra Fondazione.

Sappiamo quanto questo periodo sia gravido di aspettative di cambiamento e quanto, spesso, sia anche difficoltoso, proprio perché pone di fronte a situazioni nuove.

Una di queste è rappresentata dal fatto che il Vostro congiunto ha iniziato un percorso in cui l'aspetto personale e il più possibile individualizzato della cura si coniuga con la dimensione comunitaria e pertanto immediatamente sociale della vita normale, così che la comunità rappresenta un'insostituibile "palestra" per sperimentarsi nella relazione con gli altri.

Noi crediamo che anche per i familiari la dimensione comunitaria possa rappresentare una risorsa utile e positiva, costituendo un "terreno" su cui si possono innestare e condividere le proprie esperienze, preoccupazioni e speranze, oltre a domande e richieste di informazioni. Del resto, sappiamo per esperienza comune che i momenti di difficoltà possono far correre il rischio di spingere verso l'isolamento, ma possono anche costituire l'occasione per un avvicinamento reciproco con altre famiglie che vivono la stessa condizione, che può portare comprensione, conforto e sostegno, alleggerendo – tramite la condivisione – il carico di ansia che la malattia di un congiunto o il suo ricovero può produrre su tutti i membri della famiglia.

Tali esperienze spontanee hanno portato i Servizi di cura mentale ad interrogarsi sull'opportunità di progettare interventi di sostegno alle famiglie, utilizzando la potenzialità curativa che una famiglia può esercitare sull'altra. Proprio ispirandosi a queste esperienze sono stati progettati, negli ultimi anni, dei programmi di intervento psicologico di gruppo, a carattere multifamiliare.

Per tale motivo, con l'intento di sostenere i propri pazienti e i loro familiari, la Fondazione intende avviare un'occasione di confronto, di scambio, di messa in comune e – forse anche – di crescita insieme, che riserviamo ai familiari dei nostri pazienti.

Per costruirlo nel modo più rispondente possibile alle esigenze reali, abbiamo bisogno della Vostra collaborazione. Vi invitiamo perciò a compilare un semplice questionario, i cui risultati ci permetteranno di formulare al meglio il nostro programma di incontri.

L'iniziativa che Vi proponiamo consiste nella partecipazione a un **gruppo di sostegno psicologico** al quale possono partecipare più famiglie e familiari insieme. Tale gruppo è aperto a chiunque sia un familiare (coniuge, coppia genitoriale, figli, fratelli, sorelle) della persona in cura o altra figura di riferimento significativa e che desideri relazionarsi con persone che vivono la stessa situazione e incontrano le medesime problematiche.

Il programma sarà condotto da due operatori membri dello staff clinico della Fondazione e si varrà della collaborazione di altre figure dell'équipe, che ne condividono i principi ed il metodo.

Il gruppo di sostegno multifamiliare ha il duplice vantaggio di offrire il supporto psicologico di professionisti esperti, ma anche il sostegno competente di altre famiglie che hanno vissuto sulla propria pelle l'esperienza della malattia, con l'obiettivo di riattivare le risorse che ogni famiglia possiede e che spesso risultano offuscate dalla solitudine e dalla sofferenza. Attraverso gli incontri di gruppo, inoltre, si può sperimentare un aiuto per:

- combattere il senso di isolamento che frequentemente si vive quando si viene colpiti direttamente o indirettamente dalla malattia, in particolare quella mentale, confrontandosi e rispecchiandosi nelle storie e nei vissuti degli altri partecipanti;
- aumentare le proprie conoscenze e informazioni sulle modalità di comportamento che possano migliorare la qualità della vita dell'intero nucleo familiare;
- aprirsi e raccontare la propria esperienza, ma anche ascoltare e conoscere quella altrui, per poter rileggere la propria storia;
- allargare la propria cerchia di relazioni naturali e la rete di mutuo aiuto.

In allegato, troverete il questionario che Vi chiediamo di compilare integralmente e che ci servirà per orientare al meglio i nostri sforzi e renderVi un servizio che crediamo utile.

RingraziandoVi per la Vostra collaborazione, trasmettiamo un saluto cordiale.

Lo Staff clinico-riabilitativo
della Fondazione AS.FRA Onlus