

come
riscrivere
l'immaginario
contemporaneo?

Mi vedete? Rendere visibile l'invisibile

A cura di **Sergio De Filippis**

Il Manifesto dei

REWRITERS

I temi su cui ci impegnamo sono:

- Giovani: giustizia intergenerazionale
- Crisi climatica, sostenibilità, ecologia profonda, ecosofia, geoetica
- Antispecismo
- Cultura bioetica
- Diritti civili, diritti umani, pari opportunità, giustizia sociale, diritti delle minoranze
- Gender equity, antisessismo, contrasto alla violenza contro le donne, femminismi
- Diversity, inclusion, equality
- Antirazzismo, contrasto alle discriminazioni BIPOC, educazione interculturale
- Contrasto all'abilismo, all'ageismo, al bullismo
- Queerness, diritti LGBTQI+, intersezionalità
- Educazione sessuoaffective, salute mentale
- Intelligenza collettiva e cooperazione come chiave di sviluppo (linguaggio giraffa), etica dei media
- Digital responsibility
- Worklife balance
- Body positivity

Seguici su:

www.rewriters.it

Ig, Twitter, Fb, TikTok: @rewritersmag
YouTube, Telegram, LinkedIn: Rewriters
Spotify: ReWriters.it

Diventa attivista vocazionale laica
di ReWriters: info@rewriters.it

I Rewriters sono i riscrittori dell'immaginario della contemporaneità.

Il mondo è cambiato, è in atto una rivoluzione. Solo chi non vuole vederla non la vive. Tante persone, sparse in luoghi differenti, da sole o insieme ad altre, hanno iniziato a costruire nuovi universi di senso, a disegnare altri panorami culturali.

La sveglia è suonata, i limiti possono diventare orizzonti, gli atti solitari una visione condivisa: a partire da sé, ma in relazione agli altri, nell'ascolto, nel dialogo, nella condivisione.

Ci piace l'idea di accendere con luci brillanti quello che sembra già visto e, se è vero che le differenze sono un valore, che un punto di vista è solo la vista da un punto, per noi quella della molteplicità è l'unica via.

È ovvio che per raggiungere obiettivi come questi ci sia bisogno del pensiero divergente, creativo, laterale, ma per noi, forse, neanche questo è abbastanza: in un mondo dove trasgredire è diventato regola, non ci interessa la trasgressione perché non ci interessano le regole. Vogliamo piuttosto usare intuizione e consapevolezza come metodo e la memoria come sfida al futuro.

E dato che tutto cambia ogni settimana, ogni giorno, ogni ora, dato che l'arte cambia, come la scrittura, la musica, il cinema, il teatro, la politica, la cucina, le immagini, l'ambiente, la vita, i Rewriters sono una comunità che si interessa di tutto quello che c'è perché tutto è importante.

Basta aprire le orecchie, gli occhi, basta alzare le antenne e lasciarsi andare al flusso. Per accorgersi che niente è più come prima e che c'è tutto da reinventare. ■

Chi siamo

ReWriters è una **testata giornalistica** digitale fondata da Eugenia Romanelli, registrata al Tribunale di Roma (n. 17/2020 del 30 gennaio 2020), costruita sul modello di **media civico**, con oltre 100 blogger, edita da ReWorld, startup innovativa a vocazione sociale. L'*Associazione Culturale ReWriters* ha la mission, attraverso la testata, di diffondere i principi del Manifesto ReWriters, rappresentato dal *cultural brand* ReWriters, marchio registrato di cui l'associazione e la startup sono le uniche licenziatrici.

Attorno alla testata, all'Associazione e al Manifesto è nato un movimento culturale che ha l'obiettivo di riscrivere l'immagine

ri della contemporaneità per costruire nuovi paradigmi che possano orientare le prossime generazioni nello sviluppare buone pratiche.

Oggi i "rewriters" sono una comunità valoriale che pone la collettività e il bene comune al centro e che, in nome della giustizia intergenerazionale, si assume la responsabilità di promuovere ogni tipo di sostenibilità, una relazione di reciprocità con l'ambiente e con le altre specie animali, di contrastare sessismo, bullismo, ageismo, omolesebitransfobia, abilismo e razzismo, di fare innovazione con approccio bioetico ed ecosofico, di favorire la fioritura di una società pluralista e in-

clusiva, capace di cooperare e di garantire pari diritti e opportunità, trasformando l'attuale visione egologica in una più evoluta visione ecologica.

I rewriters sono dunque attiviste vocali laici che riscrivono la materia dell'oggi a partire dalla cultura, dall'arte, dall'informazione, (*edutainment+infotainment*): performing art, on screen, musica, sessualità, letteratura, moda, comics&games, food&wine, clubbing, tecnologia e web, cultura queer, post feminism, travel, diritti, cooperazione, solidarietà, integrazione, identità europea, salute, astrologia, bambine e infanzia, animali, ambiente, sostenibilità, satira, sport.

La collana editoriale

L'Associazione promuove i valori del suo Manifesto rappresentati dal *cultural brand* ReWriters anche attraverso una collana editoriale indipendente e autoprodotta, un **mag-book – libro tascabile** mensile in tiratura limitata con la copertina da collezione creata in esclusiva per ReWriters dagli artisti Marco Lodola, Sten Lex, Lucamaleonte, emi.artes, Zeno Pax, Nais, Asiel, Federico Pace, Norberto Ker Art Core, Fabio Magnasciutti, Ginevra Diletta Tonini Masella e Ivan, e firmata dall'Art Director Laura Marinelli: dentro, una pioggia di articoli di grandi firme della contemporaneità e di giovanissima (under 25) che, con sguardo di rottura e indole freak, raccontano fenomeni presenti e passati, e immaginano quelli futuri, per testimoniare ciò che accade nelle varie declinazioni della cultura internazionale con il doppio obiettivo di guidare il lettore alla scoperta del nuovo mondo e di stimolare il pensiero critico sul modo in cui viviamo, sempre garantendo un alto tasso di godibilità e di qualità. Dal gennaio 2021 la collana editoriale passa dalla direzione di Ernesto Assante a quella di Eugenia Romanelli, inaugurando la partnership con *The Factory Paper*, e lanciando la **collezione di monotematici**.

La community

Il sito rewriters.it, oltre ad ospitare la testata digitale ReWriters e veicolare l'omonimo *cultural brand*, è anche un aggregatore di blogger, vlogger e youtubers che producono contenuti in linea con i principi del Manifesto. I ReWriters della community sono ad oggi circa 20 mila e comunicano, scambiano, interagiscono e dialogano sui nostri vari canali.

La foto del giorno

Una sezione è dedicata alla fotografia con il contest **Daily Pic**, curato da **Luisa Briganti**, direttrice del *Centro Sperimentale di Fotografia Ansel Adams*, la quale, ogni giorno, seleziona giovani talenti che lanciamo sia sul nostro giornale digitale che sui canali social di ReWriters, con la possibilità di essere selezionati dal gigante olandese-canadese **Paolo Woods**, direttore del Cortona On The Move, festival internazionale di fotografia, per esporre in una collettiva al **ReWriters fest**. La copertina invece, foto che ha aperto quotidianamente il nostro sito dal 2020 al 2022, è uno scatto inedito a firma dei fotografi Fabio Lovino, Azzurra Primavera, Angelo Cricchi e Guido Fuà.

La vignetta del giorno

La sezione dedicata alle illustrazioni e al fumetto, **La vignetta del giorno**, è invece curata dall'illustratrice **Ginevra Diletta Tonini Masella** che, quotidianamente, seleziona una tavola disegnata da giovani talenti emergenti o da grandi firme del campo per lanciarla sul giornale digitale e sui canali social di ReWriters, con la possibilità di essere premiata dal maestro del vignettismo italiano **Vauro** e esporre in una collettiva al **ReWriters fest**.

Il Premio

Infine, il **Premio ReWriters**: vinto nella prima edizione del 2020 dall'atleta paralimpica **Bebe Vio**, consegnato a Palazzo Velli a Roma, nell'edizione 2021 da **Serena Dandini**, consegnato al Museo MAXXI di Roma, nell'edizione 2022 da **Loredana Berté**, consegnato al Teatro Brancaccio a Roma, ogni anno il nostro movimento culturale premia con un'opera d'arte chi ha contribuito a riscrivere l'immaginario della contemporaneità.

REWRITERS

ReWriters Web Art Gallery

È una galleria d'arte web pensata da Eugenia Romanelli, founder, nel 2005, della prima web art gallery europea, **BaZart**, diretta da Luca Beatrice, per cui vinse il Premio Web Italia, patrocinato dalla Presidenza del Consiglio dei Ministri e dal Ministero per l'innovazione e le tecnologie, lanciando in orbita artisti come Federico Solmi, premiato dalla Guggenheim Foundation di New York, e Giacomo Costa, esposto al Centre Pompidou, adesso presenti in questa collezione. La collezione, a cura della gornalista **Rory Cappelli**, gallerista della Crumb Gallery di Firenze, la prima in Europa dedicata solo alle artiste donne e partner di ReWriters, tra gli altri vanta opere di street artist importanti come **Sten Lex** e **Lucamaleonte**, gli unici italiani – assieme a Orticanoodles – ad essere invitati da **Banksy** al Cans Festival di Londra, Marco Lodola, tra i fondatori del Movimento del Nuovo Futurismo, uno degli artisti contemporanei italiani più celebri ed influenti, ma anche lavori del maestro italiano dell'illustrazione Fabio Mognasciutti e del vignettista **Vauro**, fino al fotografo Guido Fuà, firma delle

ReWriters Fest.: riscrivere la contemporaneità

Stiamo parlando del primo e unico festival dedicato alla sostenibilità sociale. La prima edizione del festival si è tenuta al WEGIL di Roma, nell'ottobre 2021, con la direzione artistica di **Ernesto Assante** e **Eugenia Romanelli**, e il patrocinio del **Ministero della Cultura** e della **Regione Lazio**. L'edizione 2022, sempre al WEGIL, è stata patrocinata anche da **Treccani**, **Fridays For Future** e **Sapienza Università di Roma**: il progetto, promosso da Roma Capitale – Assessorato alla Cultura, è vincitore dell'Avviso Pubblico **Estate Romana 2022 – Riaccendiamo la Città**, **Insieme** curato dal Dipartimento Attività Culturali ed è realizzato in collaborazione con SIAE. L'edizione 2023, diretta da Eugenia Romanelli, vanta, oltre agli altri, anche il patrocinio di **Giffoni** e dell'**Institut français**.

Ogni anno, i riscrittori e le riscrittrici del nostro movimento culturale incontrano la società civile con talk varie che vanno dai post femminismi, alla cultura queer, dalla sostenibilità alle nuove frontiere della tecnologia, del food e della salute, oltre a tanti altri focus. Intellettuale, accademica,

copertine dei più importanti magazine italiani e internazionali. Fanno parte della collezione anche gli scatti vincitori del contest Daily Pic, selezionati nel 2021 e 2022, poco prima di morire, dalla regina assoluta della fotografia nostrana, **Letizia Battaglia**, e nel 2023 dal gigante olandese-canadese **Paolo Woods**, direttore del **Cortona On The Move**, festival internazionale di fotografia. Infine, troviamo le vignette vincitrici del contest La vignetta del giorno, selezionati dal Maestro **Vauro**.

ReWriters Live

Sono i nostri speciali, dirette streaming su Facebook e YouTube, e sui canali social dell'**Associazione Save The Woman**, nostro partner: presentazioni delle nostre pubblicazioni editoriali, o interviste esclusive. Tra gli ospiti, anche la scrittrice **Lidia Ravera**, il conduttore tv **Carlo Massarini**, l'attrice **Arianna Porcelli Safonov**, l'artista David Riondino, la giudice cassazionista **Paola Di Nicola**, la scrittrice **Teresa Ciabatti**, l'artista **Immanuel Casto**, il fotografo due volte **World Press Photo Award Paolo Woods**, l'artista **Valeria Golino**, e tante altre.

ReWriters 4.

È un format che prevede collaborazioni con altre testate (L'Espresso, Il Fatto Quotidiano, The Post Internazionale (TPI) e Radio Number One), in cui Eugenia Romanelli firma un editoriale sulla riscrittura dell'immaginazione della contemporaneità ed è ospite fissa con una rubrica sullo stesso tema della radio.

scrittori e scrittrici, giornalisti, influencer, scienziate, changemakers, attivisti, opinionista, game-changer si confrontano sulla riscrittura dell'immaginario della contemporaneità per costruire nuovi scenari di significazione capaci di orientare le prossime generazioni nello sviluppo di buone pratiche. In contemporanea, all'insegna dell'infotainment e dell'edutainment, anche mostre d'arte, concerti live, aperitivi con presentazioni di libri, performance, tavole rotonde e lezioni aperte, dj set e incontri con artisti. Hanno partecipato, tra gli altri: **Drusilla Foer**, **Margherita Buy**, **Max Gazzè**, **Valeria Golino**, **Alex Britti**, **Elly Schlein**, **Greg**, **Melania Mazzucco**, **Carl Brave**, **Edoardo Albinati**, **Giancarlo De Cataldo**, **Luca Barbarossa**, **Francesca Cavallo**, **Pino Strabioli**, **Giovanni Scifoni**, **Karma B.**, **Vauro**, **Teresa Ciabatti**, **Giovanni Truppi**, **Nadia Terranova**.

ReWriters Game-changer

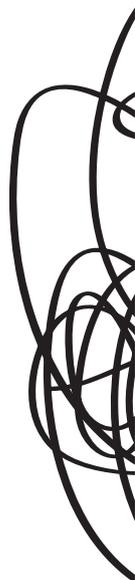
Ogni mese, Eugenia Romanelli, founder di ReWriters, intervista in diretta streaming sui nostri canali Facebook e YouTube, e sui canali social dell'**Associazione Save The Woman**, nostra partner, i **ReWriters Game-changer**, ossia coloro che riteniamo essere un changemaker, un attore di cambiamento valoriale delle modalità con cui attraversiamo questa esistenza e conviviamo su questo pianeta: accademica, politica, imprenditrice, scienziata, professionista, attivista, artista, intellettuale, etc, che si sono contraddistinti in una qualche attività, iniziativa o progetto in grado di sviluppare valore per il bene comune. Tra i personaggi scelti: **Dacia Maraini**, **Erri De Luca**, **Saverio Tommasi**, **Federica Cacciola**, **Teresa Cinque**, **Marco Simon Puccioni**, **Cristina Sivieri Tagliabue**, **Luca Trapanese**, **Red Fryk Hey**, **Ran-core**, **Riccardo Pirrone**, **Giordana Angi** e tanta altra.

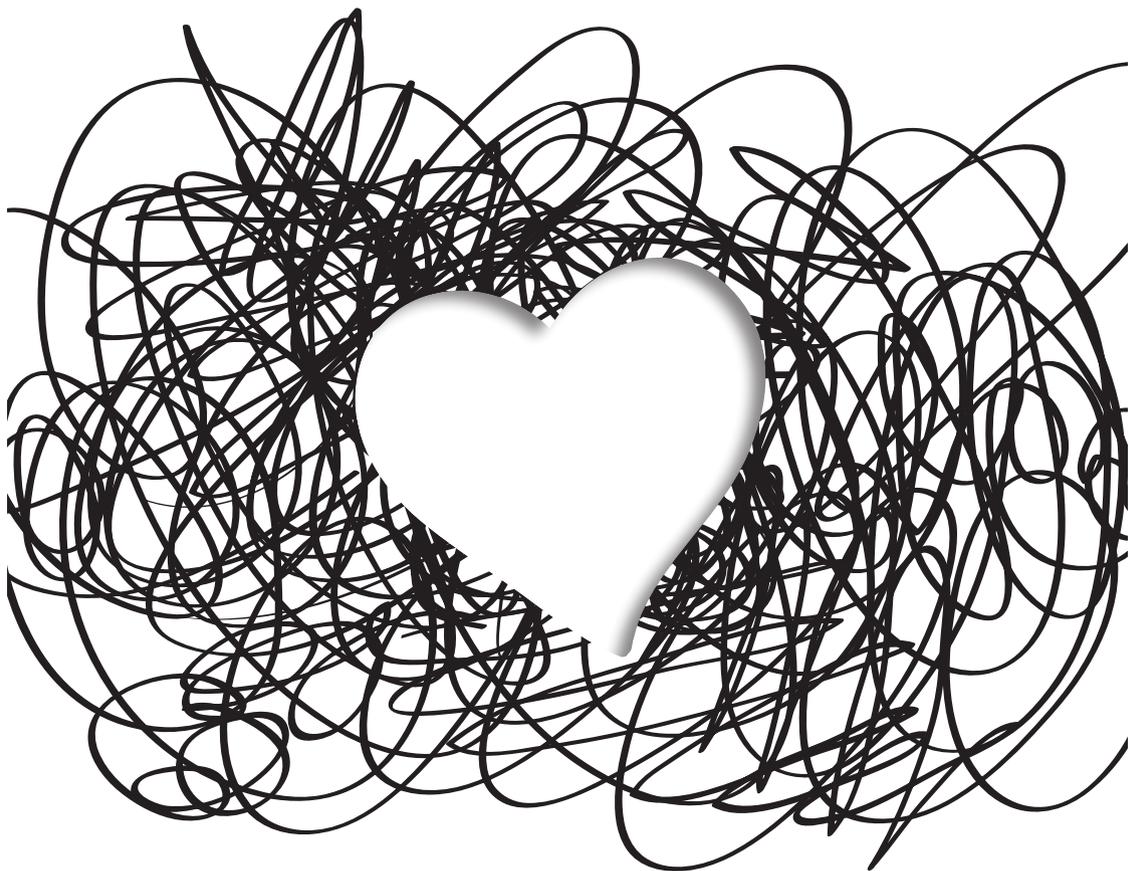
- **ReWriters è multicanale: scopri il nostro modo di comunicare attraverso i social, Spotify e Telegram compresi, e iscriviti alla nostra newsletter mensile!**

Sommario

#1

- 10 **Prefazione**
Sergio De Filippis
- 22 **Con il cuore, prima di tutto.**
Intervista a Tiziana Mele, Amministratore Delegato
di Lundbeck Italia
Di Eugenia Romanelli
- 28 **Da un'esperienza personale, la nascita
di un grande progetto visionario**
Intervista a Carola Salvato, CEO di Havas Life
Di Eugenia Romanelli
- 34 **Un progetto rivoluzionario nato dall'empatia
tra persone con la stessa visione.**
Intervista a Luigi Sales, Head of Original Production
di Giffoni Innovation Hub
Di Eugenia Romanelli
- 38 **Anatomia di una sceneggiatura**
Manlio Castagna
- 44 **L'incredibile avventura del personaggio
di Dafne**
Alessandro Riccardi
- 49 **No Pasa Nada: Destigmatizziamo la salute
mentale attraverso la cultura pop**
Marta Basso





- 54 **La paura di essere se stessi nel mondo:
promuovere la salute mentale a scuola
e prevenire il disagio negli adolescenti.**
Maria Grazia Attanasi
- 66 **La storia di Fame d'Amore**
Andrea Casadio
- 78 **Disagio adolescenziale: le testimonianze**
Sergio De Filippis
- 90 **La mia battaglia contro la depressione**
Margherita Desirè Forlano
- 96 **Una pubblicazione necessaria**
Eugenia Romanelli

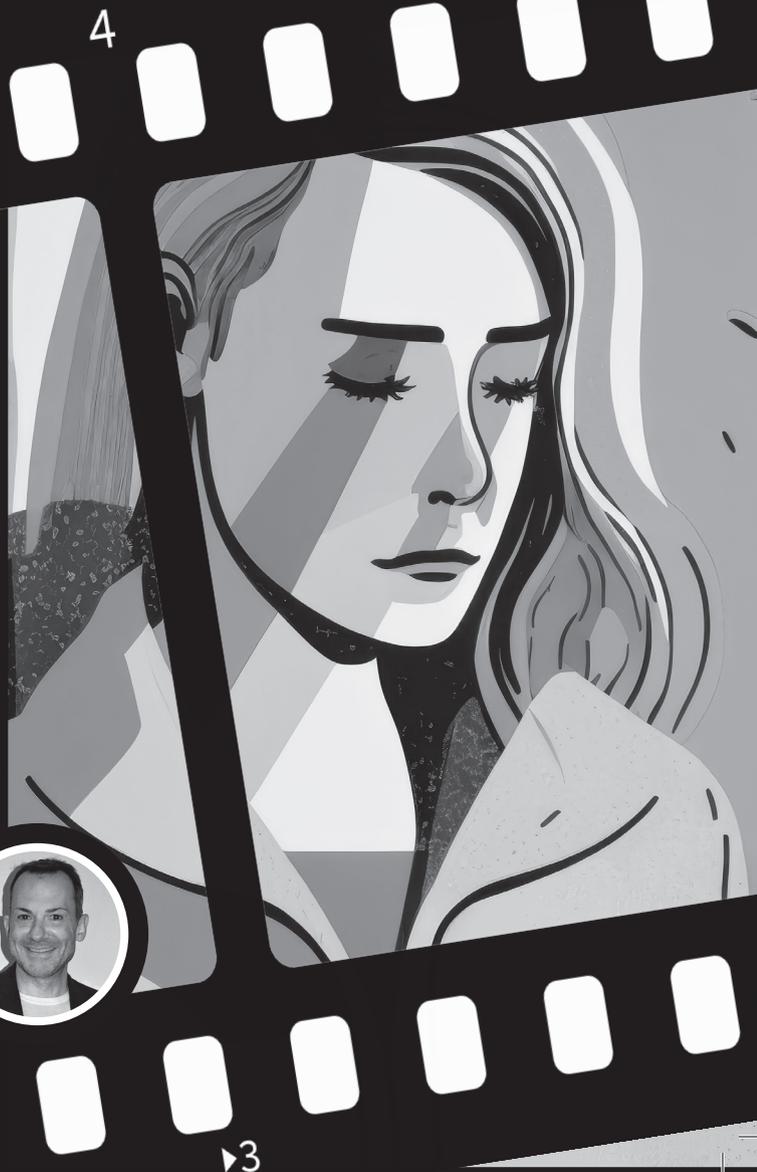


Prefazione

A cura di **Sergio De Filippis**, Psichiatra, Direttore Sanitario e Scientifico della clinica neuropsichiatrica Villa Von Siebenthal, a Genzano di Roma, e Docente di Psichiatria delle Dipendenze, presso Sapienza Università di Roma

E voi, mi vedete?

FILM RUP



FILM RUP

5



4

▶4

5

REWITERS #1



L'Organizzazione Mondiale della Sanità ha recentemente riferito che il 14% degli adolescenti (una fascia di età compresa tra 10 e 19 anni) viveva con un disturbo mentale nel 2019. Gli studi sul carico globale della malattia continuano a mostrare il disturbo mentale come una delle principali cause di disabilità e l'infanzia e l'adolescenza sono il periodo durante il quale si osserva una marcata vulnerabilità e un aumento dei fattori di rischio. La giovane età è un momento chiave di transizione, durante il quale gli individui possono assumere comportamenti a rischio per la salute come disturbi alimentari, attività sessuali rischiose e abuso di sostanze. È stato riferito che la principale causa di mortalità per i giovani adulti è legata agli incidenti stradali. I comportamenti a rischio legati alla salute fisica e psicosociale durante la giovane età potrebbero potenzialmente avere un impatto sullo stato di salute futuro, sui bisogni sanitari e sull'uso dei servizi territoriali da parte di questa fascia di età.

Nella maggior parte dei paesi ad alto reddito, il suicidio è la seconda causa di morte tra le persone di età compresa tra 15 e 25 anni. Molti studenti, hanno dichiarato di aver vissuto un episodio di depressione ed hanno riferito di aver avuto pensieri suicidi.

L'insorgenza precoce della malattia non è rara e richiede un intervento precoce ed altamente efficace.



Gli adolescenti sembrano essere particolarmente sensibili ad eventi traumatici.

Le esperienze familiari avverse (AFE) (ad esempio, violenze domestiche, abuso, neglet e difficoltà economiche) sono eventi stressanti, vissuti da bambini e adolescenti nel contesto della vita familiare. Tali esperienze traumatiche incrementano la suscettibilità dell'adolescente ai problemi di salute mentale, possono avere effetti persistenti per tutta la vita e possono essere associati a problemi di salute cronici, abuso di sostanze, comportamenti a rischio per la salute, suicidio e mortalità prematura. La diagnosi precoce di tali eventi nella prima infanzia, prima dell'adolescenza, potrebbe aiutare a prevenire futuri *outcome* negativi.

Gli adolescenti con traumi e comportamenti a rischio saranno meno coinvolti nell'ambito della scuola, avranno più problemi scolastici e quindi avranno un rendimento inferiore rispetto a coetanei senza traumi.

Il divorzio/separazione dei genitori, le difficoltà economiche e la convivenza con una persona con disturbo da uso di sostanze sono stati i tre traumi familiari più comuni riportati tra gli adolescenti. L'aumento dei divorzi che si è verificato in molti paesi occidentali è un fatto ben docu-

mentato. La stragrande maggioranza degli studi documenta una serie di esiti negativi a livello comportamentale, cognitivo, psicologico e mentale associati alla disgregazione emotiva-affettiva, incluso un aumento del rischio di psicopatologia nella prima e nella metà dell'adolescenza.

Dal momento che gli adolescenti, che avevano sperimentato un trauma familiare, erano più suscettibili a condizioni comportamentali interiorizzate (ad esempio, ansia e depressione), potevano essere sopraffatti da questi problemi ed essere più propensi a perdere molti giorni di scuola. Inoltre, potrebbero anche essere più suscettibili a condizioni comportamentali esternalizzate (ad esempio, problemi comportamentali o di condotta e ADHD) e possono avere maggiori probabilità di avere difficoltà a prestare attenzione alle lezioni. Tutto questo dovrebbe suggerire un precoce intervento per migliorare l'impegno scolastico e le prestazioni negli adolescenti con

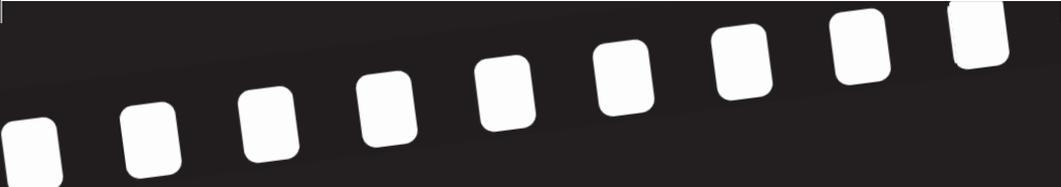




esperienze infantili avverse, e presenta quindi diverse implicazioni.

Da un lato, insegnanti ed educatori potrebbero interrogarsi attivamente sulla storia dei traumi tra gli adolescenti con scarso rendimento scolastico. Educatori e medici potrebbero coordinare gli sforzi per risolvere i bisogni di salute mentale insoddisfatti e fare appropriati riferimenti clinici per il trattamento comportamentale degli adolescenti traumatizzati, per ridurre i comportamenti a rischio e migliorare il l'adattamento psicosociale nelle scuole. D'altra parte, gli assistenti sociali della comunità e i responsabili politici potrebbero promuovere interventi per evitare che le famiglie cadano in difficoltà economiche e instabilità, il che potrebbe ridurre l'esposizione alle esperienze familiari avverse.

I bambini che hanno avuto problemi con l'impegno scolastico, ma hanno dimostrato resilienza, hanno migliorato le loro probabilità di completare i compiti. La resilienza è un aspetto fondamentale dello sviluppo socio-emotivo di un bambino e ha implicazioni per il rendimento scolastico. I bambini non nascono con o senza resilienza; la resilienza deve essere incoraggiata. La resilienza si sviluppa attraverso una "combinazione di relazioni di supporto, costruzione di abilità adattive ed esperienze positive".



Le scuole possono essere la prima linea per identificare i bambini esposti a traumi. Affrontare la salute mentale degli studenti nelle strutture scolastiche non comporta solamente il fornire un trattamento agli studenti con disturbi emotivi o comportamentali: si tratta di riconoscere i legami tra determinanti sociali della salute, salute mentale e successo scolastico. La comprensione di ciò di cui hanno bisogno le scuole e gli studenti continua ad ampliarsi. I partenariati tra scuola e servizi dovrebbero sostenere gli sforzi di promozione e prevenzione del benessere per l'intera popolazione di studenti, attività di intervento precoce e interventi mirati per gli studenti con disturbi emotivi o comportamentali.

Questo approccio richiede un cambiamento culturale nel modo in cui i servizi sono progettati, forniti e finanziati, come sono coinvolte le famiglie, e come vengono misurati i risultati. Se speriamo di ridurre o prevenire l'esposizione a esperienze traumatiche avverse, potrebbe essere necessario costruire un progetto socio sanitario di lunga visione, un vero e proprio investimento per la prossima generazione.

Il passaggio dall'adolescenza all'età giovane adulta sembra dare origine a problemi specifici, tra cui problemi di fiducia nei confronti degli adulti e difficoltà di comunicazione con la propria famiglia. I giovani sono in una fase della loro vita in cui

stanno sviluppando una maggiore autonomia in ogni aspetto della loro vita, inclusa la decisione di consultare un medico quando necessario. Alcuni adolescenti hanno difficoltà a far comprendere tutto ciò alla loro famiglia o ai loro professori.



Buoni rapporti tra adolescenti e genitori promuovono la salute e il benessere del bambino e questo costruisce le basi per la salute mentale nelle fasi successive della vita.

Una misura comune per la qualità delle relazioni con i genitori è la facilità dichiarata di parlare con essi di cose che danno fastidio al ragazzo. I giovani che riferiscono facilità di comunicazione con i loro genitori riportano un'immagine corporea positiva, una migliore salute auto-valutata, una maggiore soddisfazione di vita e meno disturbi fisici e psicologici. La confidenza conversazionale con i padri ha un effetto preventivo nel mantenere il benessere emotivo e un senso positivo dell'immagine corporea, in particolare tra le ragazze. La fiducia nel parlare con i padri è anche associata a una mino-



re aggressività e violenza tra i ragazzi.

Si ritiene che la qualità delle relazioni e l'empatia siano strettamente correlate nell'adolescenza. Un'elevata qualità della relazione è considerata essenziale per la socializzazione dell'empatia, che può avvenire attraverso la modellazione di comportamenti affettuosi e di supporto. L'empatia può favorire la qualità delle relazioni degli adolescenti, poiché una maggiore capacità di condividere e comprendere le emozioni degli altri è correlata a comportamenti più pro-sociali e meno aggressivi nei confronti degli altri (Eisenberg et al. 2010) e a migliori strategie di risoluzione dei conflitti.

Si ritiene che i genitori abbiano un ruolo importante nella socializzazione dell'empatia. I genitori calorosi e solidali modellano l'empatia perché considerano la prospettiva del loro bambino e mostrano preoccupazione per le sue emozioni. L'interazione negativa genitore-figlio e i conflitti genitore-figlio potrebbero ostacolare le capacità di regolazione emotiva dei bambini e quindi ostacolare la diversificazione di prospettive e mostrare preoccupazione per gli altri. È importante considerare anche la socializzazione attraverso le relazioni tra pari, poiché gli adolescenti diventano più indipendenti dai loro genitori e trascorrono sempre più tempo con i coetanei. Poiché le relazioni tra

pari sono particolarmente caratterizzate da alti livelli di uguaglianza, intimità e fiducia, l'elevata frequenza di interazioni intime offre ampie opportunità per osservare e modellare comportamenti affettuosi e di supporto, che possono facilitare lo sviluppo dell'empatia affettiva.

Raccomandazioni

In tempi di grande stress e incertezza, un ambiente familiare sicuro è un importante fattore protettivo.

I genitori sono il miglior "modello di comportamento" per gli adolescenti e la casa è praticamente il posto migliore per apprendere le "abilità della vita". Quindi, questo è il momento migliore per i genitori per promuovere le abilità di vita più importanti, ad esempio contenere lo stress, affrontare le emozioni e risolvere i problemi con i loro figli. Quando possibile, i genitori possono includere gli adolescenti nel processo decisionale, soprattutto nelle questioni che li riguardano.

È fondamentale valorizzare il sistema di sostegno tra pari negli adolescenti. I genitori dovrebbero incoraggiare gli adolescenti introversi a tenersi in

contatto con i loro coetanei e a comunicare con loro i propri sentimenti e problemi comuni che devono affrontare. Questo può anche aprire una via per una corretta risoluzione dei problemi.

La scuola è in contatto costante e regolare con gli studenti e quindi è in grado di svolgere un ruolo fondamentale nella promozione del benessere psicologico tra i giovani.

Gli insegnanti possono condurre sessioni accademiche e non accademiche per aiutare i giovani a rendere visibile il loro pensiero, se o quando notano qualche problema nel ragazzo, possono parlare con i genitori e indirizzare bambini e adolescenti a professionisti della salute mentale.

In questo mag-book di Rewriters che ho il piacere di curare, si parla partendo dal cortometraggio "Mi Vedete?" (presentato al Giffoni Film Festival e successivamente alla mostra internazionale del cinema di Venezia) "dell'invisibilità" dei nostri adolescenti.

La storia di Dafne che potrebbe chiamarsi Maria, ragazza adottata. Padre adottivo essenzialmente "privo di emozioni", non sintonizzato sul mondo dei sentimenti. Quindi la ragazza non aveva nessuno che le insegnasse come riconoscere, leggere, tollerare, esprimere o gestire i propri sentimenti (o quelli degli altri). Questo disagio la portava a rinchiudersi in casa a procurarsi del male (tagliandosi) sopraffatta da pensieri che la

invogliavano a farsi del male (ucciditi).

Oppure potrebbe chiamarsi Matteo, figlio di genitori importanti, con un incarico pubblico importante; persone di grande successo che amano il loro unico figlio. Eppure, i tanti impegni non lasciano il tempo di stare con Matteo, di conoscerlo e vivere le sue paure, cresciuto in un vuoto emotivo, sentendo che i suoi genitori non conoscevano davvero il vero lui. In assenza di attenzione e interesse dei genitori, nella sua mente ha preso vita una convinzione: "Non sono degno di sapere".

Oppure potrebbe chiamarsi Alessandra, e avere una storia di familiarità con problemi psichiatrici. Adorata dai suoi genitori ma con difficoltà ad ascoltare il proprio dolore, prendersi cura di se stessa.

Si era allontanata dalle amiche e non riusciva a sostenere relazioni con i ragazzi.

Di questi problemi con i coetanei i genitori erano all'oscuro, incapaci di cogliere segnali da parte di Alessandra. Anche la sofferenza a scuola era passata inosservata.

Dafne, Maria, Matteo e Alessandra cresciuti senza che nessuno condividesse pienamente il loro dolore o la loro gioia. Invisibili. ■

Con il cuore, prima di tutto



di **EUGENIA ROMANELLI***



founder di ReWriters





Intervista a TIZIANA MELE,
Amministratore Delegato di Lundbeck Italia



Come ha deciso di imbarcarsi in questo progetto?

Era il 22 marzo del 2021, quando ricevetti una telefonata da Carola Salvato (CEO HavasLife). Ricordo dove ero e come ero vestita, vi capita mai? Ci sono dei momenti clou, nella vita, e sembra quasi che una parte di noi lo sappia prima che ne diventiamo coscienti. Carola mi disse che aveva appena letto i dati di ciò che stava accadendo ai più giovani, in termini di salute mentale. Era scossa, aveva il groppo in gola. Venne subito anche a me, forse perché sono madre, e so che potrebbe accadere anche a mio figlio, di ammalarsi di depressione. Mi disse inoltre che aveva contatti con Giffoni e mi parlò dell'idea che le balenava in mente: e io dissi di sì saltando nel buio.



Disse sì prima di capire di quale progetto si trattasse?

In un certo senso sì. Ci fu una sorta di allineamento di stelle tra me e Carola, un po' come quello che c'era stato tra lei e il team del Giffoni. Un *fil rouge* che ci ha connessi tutti, subito, facendoci mettere allo stesso tavolo senza nemmeno il tempo di valutare, ognuno per sé: c'era l'urgenza di costruire insieme quello che sarebbe diventato uno strumento di comunicazione formidabile a livello nazionale.

CONOSCENZA E CONSAPEVOLEZZA COME STRUMENTI PER

Tutto è cominciato in nome dei giovani?

Esattamente. Un richiamo alla responsabilità collettiva che non poteva restare inascoltato: siamo tutti genitori, oltre che figli, di qualcuno, di qualcosa, di chi o cosa sarà dopo di noi. Abbiamo tutti la stessa responsabilità, e l'unica differenza che può esserci è in termini di consapevolezza. Lundbeck Italia, Havas Life e Giffoni sono stati subito sensibili, pronti e veloci nel cercare di dare almeno una risposta, ognuno per le sue possibilità, risorse

e competenze, alle domande urgenti ed allarmanti che questa nuova, drammatica contemporaneità ci stava e ci sta ponendo tuttora. I giovani non devono mai, per alcuna ragione, restare inascoltati: sono il nostro futuro.

Chi c'era al tavolo operativo?

Lundbeck Italia, Havas Life e Giffoni, con 4 straordinari esperti: Sergio De Filippis, Giovanni Martinotti, Gabriele Sani e Stefano Vicari.

Da subito un allineamento sullo stile narrativo: decidemmo che dovevamo parlare in maniera autentica e non favolistica, meglio un pugno nello stomaco che troppo miele. Doveva essere tutto vero, a costo di spaventare, angosciare, turbare, disturbare. La sofferenza è una potente leva di cura perché crea consapevolezza, l'unica risorsa da cui partire per trasformare le difficoltà in opportunità.

E quando il corto ha preso forma, cosa è successo?

Un miracolo. Era luglio 2022 ed eravamo al Festival di Giffoni, in un paesino di circa 12.000 abitanti nel Sud Italia eppure sembrava di essere al centro del mondo: c'era un'energia magica, mai sentita una cosa del genere.

Duecento ragazzi in sala che, dopo la proiezione, emozionati e con le lacrime agli occhi alzavano la

AFFRONTARE LA MALATTIA, IL DISAGIO, IL DISTURBO

mano, si tiravano su in piedi e parlavano, raccontavano le loro storie. Commosi, arrabbiati, chi più timido, chi irrefrenabile. Era successo ciò per cui avevamo lavorato alacremente: tutto prendeva luce. Io stessa ero emozionatissima, lo sono ancora oggi: se vedo quel corto, piango.

I giovani si sentono capiti?

È questo il punto: loro vogliono parlare, raccontare, spiegare. Vogliono condividere, farsi vedere. Il problema siamo noi adulti: non abbiamo tempo, non abbiamo coraggio, siamo chiusi, intimoriti da ciò che non vogliamo vedere. È difficile, lo capisco, prendere contatto con la sofferenza dei nostri giovani, ci fa sentire vulnerabili, fallibili, anche in colpa, forse. Ma girare la testa dall'altra parte, come racconta il film, peggiora solo la situazione. Evitare la realtà, fingere che le cose stiano in un altro modo, raccontarsi e raccontare bugie aggiunge solo sofferenza a sofferenza e ritarda il necessario agire. La verità è la nostra medicina, la nostra libertà. Occorre trovare il coraggio di confrontarsi con la realtà senza paura né pregiudizi.



Ci sono pregiudizi sulla salute mentale?

Pregiudizi, ignoranza, stigma, stereotipi. Questa è la nostra battaglia: conoscenza e consapevolezza come strumenti per affrontare la malattia, il disagio, il disturbo. Entrando nelle scuole, parlando con studenti e professori, arrivando alle famiglie, vogliamo sgombrare il campo dalla non conoscenza e dalla paura e mostrare come, in caso di difficoltà, l'ascolto attivo sia il primo passo: è questo che ci permette di agire tempestivamente.

Lei ascolta suo figlio?

Ci provo. Ma anche io sperimento questa difficoltà. Anche io sono stata un genitore troppo timido nell'affrontare gli ostacoli. Capisco molto bene infatti lo smarrimento di fronte al sospetto che tuo figlio possa avere delle difficoltà. E quando le ha avute mi sono sentita impreparata. La dinamica tra i genitori di Dafne

l'ho vissuta in prima persona. Ci siamo spaventati di fronte all'idea dell'imperfezione.

LA VERITÀ È LA NOSTRA MEDICINA, LA NOSTRA LIBERTÀ

Ci parli dell'imperfezione.

È proprio questa la trappola. Alle scuole elementari, chiamarono i miei genitori perché io restavo seduta al banco durante la ricreazione. Dovevo essere la bambina modello: sempre all'altezza. Sempre. Ero una perfezionista. Secchiona, si diceva allora. Mi ha liberata, da adulta, la pandemia: in quel frangente nessuno aveva la ricetta magica per gestire vita e lavoro, erano saltati tutti gli schemi. Non si poteva essere più bravi o meno bravi. Occorreva trovare risorse che nessuno conosceva. È stato in quel momento che ho scoperto l'enorme potenziale della fragilità e dell'errore. Le opportunità incredibili che fioriscono dentro allo smarrimento. Decostruire l'ideale di sé, entrare in contatto con gli aspetti residuali e marginali delle cose, quelli meno brillanti, mi ha permesso di tirare fuori soluzioni creative a problemi che soluzioni non sembravano averne. Lo sa come mi chiama mio figlio che oggi ha otto anni? "L'amministratore delegato", perché non mi vede mai! Sono imperfetta anche come mamma, eppure, questa consapevolezza è diventata la mia serenità. ■



Da un'esperienza personale, la nascita di un grande progetto visionario



Intervista a
Carola Salvato,
CEO di Havas Life

di EUGENIA ROMANELLI



Un grande progetto nato per caso?

Non credo al caso, no. Diciamo che la vita ti parla, se la sai ascoltare. Tutto è cominciato grazie a un incontro non prevedibile. Attraversavo un periodo personale molto sfidante, di impasse: siamo umani, no? Anche la persona a cui mi riferisco era in un momento di grande rilancio. Ci siamo trovati ancora prima di mettere a fuoco quello che sarebbe diventato il cortometraggio di cui racconta questo libro. Noi due, io alla guida di una grande azienda, lui tra i cuori pulsanti di Giffoni, abbiamo avuto la stessa visione, e la mattina dopo, all'alba, mandai un *wapp* a Tiziana Mele, Amministratore Delegato di Lundbeck Italia, l'unica persona che sarebbe stata in grado di capire. Mi rispose subito: *se non io, chi?*

“

Non ci possono
essere salute,
equilibrio
e stabilità senza
salute mentale

”

Dunque questo progetto non nasce da un'idea di business?

Assolutamente no. Nasce dalla fiducia verso le relazioni tra persone e dalla voglia di fare rete, intesa come bene sociale. Dagli incontri. Dall'empatia. Dal potenziale umano che si rivela quando si ha la fortuna di cooperare con persone di grande spessore. Quando si intercetta qualcosa di più grande, e non si è soli. Tiziana Mele ha sposato molto di più di un progetto per dare visibilità a Lundbeck: si è fatta carico di una missione. La sua di madre prima ancora che manager.

Qual è stata la visione?

Siamo uno di due, corpo e mente. Essere e fare. La salute mentale è qualcosa di talmente importante da poter determinare l'equilibrio o lo squilibrio di un intero sistema. Parlo del sistema-Italia, del sistema-Terra, di tutto ciò di cui noi ci dimentichiamo assolti nel piccolo io. Impegnarsi a far diventare questo tema un protagonista del dibattito pubblico significa decidere di cambiare il mondo. Significa aprirsi a nuovi approcci di consapevolezza, una leva imprescindibile.

Cambiare il mondo?

Ma certo. Nessuna persona, nessuna organizzazione, nessun governo può essere in grado di affrontare le sfide cruciali che ci aspettano senza stabilità, equilibrio e salute. E non ci possono essere salute, equilibrio e stabilità senza salute mentale. Le recenti vicissitudini planetarie ne hanno dato dimostrazione. Bisogna investire nella salute mentale, ad esempio, di tutte le future mamme, quando si prendono cura già in grembo dei loro bambini, a scuola, in famiglia, nei luoghi di lavoro. Bisogna acquisire consapevolezza di come la salute mentale influisca in ogni contesto, dal micro al macro. Stare bene mentalmente è una *conditio sine qua non* per l'espansione di una società, è un diritto manifesto, diventarne consapevoli un dovere, assumersi la responsa-

“

**Bisogna acquisire
consapevolezza
di come la salute
mentale influisca
in ogni contesto,
dal micro al macro**

”

“

**Questo film
per certi versi
è un cazzotto
nello stomaco**

”

bilità di combattere i tabù e lo stigma che vi sono connessi è una delle più entusiasmanti esperienze di crescita personale e collettiva che si possano vivere.

Questo cortometraggio mette in luce qualcosa di scomodo...

È vero, non sempre è facile prendere contatto con la sofferenza, il malessere, il dolore. Questo film per certi versi è un cazzotto nello stomaco. Ma è anche vero che le emozioni, di qualunque segno siano, sono il nostro personale patrimonio esistenziale ed hanno un valore assoluto: questo film fa leva sull'emozione straordinaria dell'empatia e riesce a farci vedere la luce nel buio.

Qual è la luce nel buio?

Che esiste una cura alla malattia mentale. Che si può guarire. Che se si impara a riconoscere i sintomi, si può chiedere aiuto. Si può trovare chi e cosa possa innescare quel processo di liberazione. Ma occorre non vergognarsi. Quindi è fondamentale abbattere lo stigma. Quindi occorrono film e storie come queste per creare nuovi immaginari e modelli sul tema della salute mentale. Uno, è lo spazio zero.

Un film come documento?

E come memoria. Dopo questo corto, nessuno potrà più essere come prima. I film, le storie, i libri, l'arte, servono



proprio a questo: a far vedere nuovi immaginari, a pensare in modo più consapevole, a tracciare itinerari mai battuti, a prendere coscienza che, quasi sempre, i limiti sono in realtà orizzonti.

E i giovani?

La next gen è il cuore: sono qui, un qui e ora pulsante. Sono coloro che vogliamo liberare dai tabù sulla salute mentale, sono ambassadors per eccellenza di questa visione, di questo messaggio, e per questo motivo la protagonista del film è una di loro. Per questo andremo nelle scuole. I giovani, dati alla mano, sono i più colpiti da quella che sembra essere una vera e propria nuova pandemia globale. E i giovani sono i caregivers di noi adulti quando ci ostiniamo a non voler comprendere.

Un cortometraggio che diventa quindi una *call to action*?

Direi di più: una *call to emotion*. È una storia che mette in scena emozioni estreme, facendone esplodere il potenziale più profondo, rivoluzionario, perché sovverte il modello della bellezza nella dannazione per dirci che dalla dannazione ci si può liberare. Lundbeck sta percorrendo una strada importante: sostenere progetti di questa portata significa fare sostenibilità sociale, fare attivismo, rispondere ad un perché più grande: noi. ■

“

Dopo questo corto,
nessuno potrà più
essere come prima

”

Un progetto rivoluzionario nato dall'empatia tra persone con la stessa visione



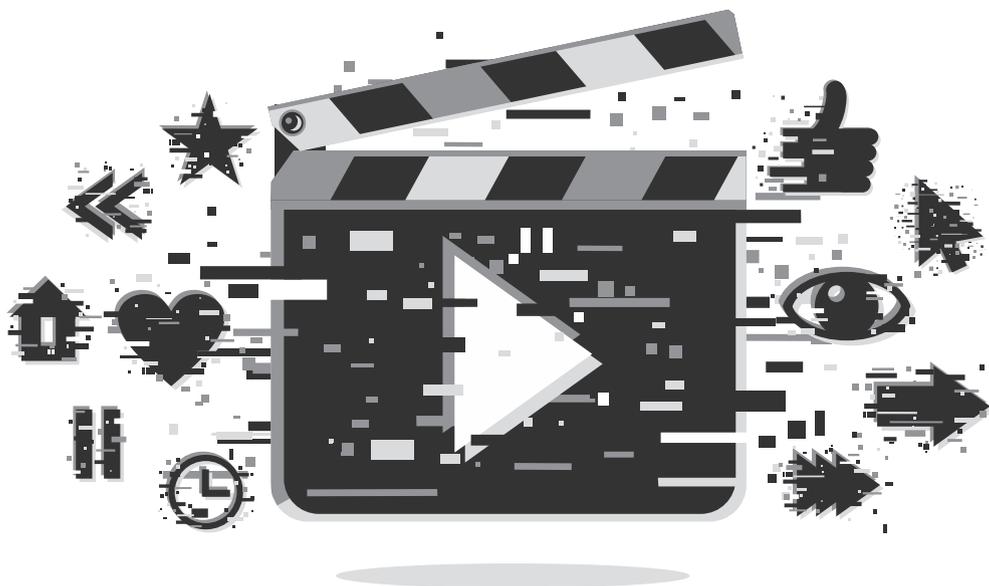
Intervista a Luigi Sales,
Head of Original Production di Giffoni
Innovation Hub

di EUGENIA ROMANELLI



Il 23 luglio 2022 è stato presentato a Giffoni Next Generation, rassegna di Giffoni Innovation Hub, il cortometraggio "Mi Vedete?", per favorire il confronto sul tema della depressione nei giovani, la cui incidenza è raddoppiata rispetto a prima della pandemia da Covid-19, assumendo le caratteristiche di una vera e propria urgenza sociale: ci racconta com'è andata?

Un'emozione grandissima, prima di tutto perché ero appena arrivato in Giffoni e questo è stato il primo progetto a cui ho lavo-



rato. Poi perché si è trattato di un'esperienza che mi ha aiutato a capire profondamente il mondo Giffoni, un mondo di visionari veri. Ma anche perché ho preso contatto con un modo di lavorare a dieci marce, in cui era la squadra a vincere, tutti insieme uniti per amore del progetto, del messaggio di cui il film si faceva portavoce. Mi sono trovato con esperti di salute mentale a lavorare sul mio terreno professionale ed è stata un'esperienza decisamente evolutiva per me, sia dal punto di vista umano sia da quello lavorativo.



Era digiuno del tema?

Veramente no. Mia sorella è una psicoterapeuta, io le sono minore. Venivo sfruttato, durante la sua università, come cavia per la preparazione degli esami: lei mi trasformava nel suo professore, e io dovevo farle domande difficili e verificare la correttezza delle risposte. Mi sono praticamente preso una seconda laurea, grazie a questo fiancheggiamento coatto. Comunque, pensi, il mio autore preferito è Fëdor Mi-

chajlovic Dostoevskij e il mio libro del cuore “Follia”, di Patrick McGrath: sono drogato dalla psicologia dei personaggi dei libri. Quindi, quando Tiziana Mele e Carola Salvato sono arrivate da noi con questo tema, avevo già una sensibilità e una conoscenza in merito, e anche io ero al corrente dell'emergenza sociale della salute mentale dei giovani. È stato un incontro perfetto, direi, di quelli rari nella vita: al momento giusto nel luogo giusto.



In Italia c'è una scarsa cultura sulla salute mentale e il tema è ancora molto ignorato: il film contribuisce in questo senso?

Stigma e pregiudizi possono essere superati con un'adeguata politica a supporto della salute mentale, dando tempo alle famiglie di occuparsi dei figli, mettendo i bambini al centro delle nostre agende, valorizzando il lavoro degli insegnanti nelle scuole e creando, sul territorio e nelle comunità, dei luoghi di aggregazione in cui i possono coltivare relazioni sane. Ma al tempo stesso occorre fare comunicazione, dare visibilità, raccontare storie: film, libri, talent sui social e testimonial sui media che ne parlano, aiutano a creare nuovi modelli per indicare la via. Verso un mondo dove la salute mentale venga trattata come salute in generale, liberandola da concetti assurdi come colpa e vergogna.



Lo scopo di Giffoni Innovation Hub è di fare innovazioni ad alto impatto sociale e valoriale: ci siete riusciti con questo film?

Di più, direi. Il cortometraggio è per noi quasi un “case history” perché ci ha insegnato un metodo di lavoro: coinvolgere i committenti e gli esperti per sviluppare contenuti ad alta carica emotiva, con un quoziente importante di *infotainment* e con un forte impatto in termini di sostenibilità sociale. Dopo questo corto, abbiamo rivisto addirittura la nostra linea editoriale: trat-

tare temi pharma, come in seguito - ad esempio - abbiamo fatto con l'epilessia, è importante per sensibilizzare le persone su questioni più ampie, come la vergogna, lo stigma, la discriminazione, la paura, il *coming out*, e, appunto, diventare sostenitori attivi di battaglie sociali.



Cosa ha provato alla prima proiezione del corto?

Non me lo scorderò mai: quei ragazzi e quelle ragazze in piedi che piangevano e parlavano... la dimostrazione che tutto ciò che stavamo facendo aveva senso e importanza, che era urgente, necessario. E, soprattutto, che avevamo una responsabilità enorme: quella di riscrivere l'immaginario in termini di uguaglianza e giustizia sociale. Ho capito durante quelle ore che Giffoni di fatto fa anche formazione, di fatto siamo educatori. È una motivazione enorme ad andare avanti, con sempre maggiore cura e concentrazione.



Prossimi progetti?

Questo corto sta continuando ad andare in giro per festival. Adesso, con questa pubblicazione, raggiungerà un'enorme comunità, quella dei *ReWriters*, ma anche migliaia di studenti, studentesse e docenti, entrando nelle scuole. È un'onda, una grande onda che chiede ascolto. ■



Anatomia di una sceneggiatura

di **MANLIO CASTAGNA***





I film salvano?

I film hanno il grande potere, tra gli altri, dell'evasione. Una buona storia audiovisiva può farci ripercorrere la storia, lasciarci al centro di un'avventura emozionante o catapultarci in un'altra dimensione. E per quel tempo in cui siamo coinvolti, i fardelli della vita reale tendono a perdere peso e certi nodi si sciolgono. Per le persone che lottano contro la depressione, il cinema mostra prospettive e vite diverse. In questo senso, la storia di un film ci dà accesso a esperienze ed emozioni che possono aiutarci a sentirci meglio.

Un buon film può anche distrarre dal dolore emotivo o indicare un "posto" dove far colare le lacrime non versate. Con tutto questo in mente mi sono avvicinato al progetto che Lundbeck, Havas e Giffoni hanno messo sul tavolo. La depressione giovanile si sta propagando con inesorabile progressione, intaccando in profondità le aree più sensibili della nostra società. Molti giovani si sentono confusi, stressati e isolati, e spesso si trovano a combattere contro una malattia che non possono vedere o toccare.

Ecco due parole chiave: *vedere, toccare*. Rendere tangibile ciò che per sua natura è nascosto, intimo, inattuabile. A volte basta questo, un concetto espresso in un solo termine, a irradiare un'idea creativa e io sono partito da questo assunto: come concretizzare l'incorporeo? Come dar forma ai moti oscuri dell'anima e della mente?

In questo contesto, la metafora dell'ombra mi è sembrata da subito il modo efficace per rappresentare il dolore e la sofferenza che caratterizzano la depressione giovanile.

Il significato simbolico dell'ombra

L'ombra è un elemento simbolico dai molteplici significati. Da un lato, può rappresentare la parte nascosta e oscura della personalità umana, quella che spesso viene repressa o ignorata. Dall'altro, può essere usata per rappresentare la presenza di una forza invisibile o incontrollabile, che agisce sulla realtà circostante senza essere vista o riconosciuta. Da qui mi sono trovato davanti a un bivio.

A) La depressione giovanile come ombra interiore

Una delle tecniche di scrittura che possono essere utilizzate per raccontare la depressione giovanile attraverso l'ombra è quella di rappresentare la malattia come un'ombra interiore. In questo caso, l'ombra diventa un simbolo della parte oscura della personalità del protagonista, quella che rappresenta la depressione. Attraverso l'utilizzo di questa tecnica, la storia può essere costruita intorno alla lotta del protagonista contro la sua ombra interiore, simboleggiando la sua lotta contro la depressione.

Ad esempio, la storia potrebbe iniziare con il protagonista che si sente triste e confuso, incapace di capire il motivo del suo dolore. Pian piano, l'ombra interiore del protagonista

comincia a farsi sempre più presente, agendo come una forza negativa che minaccia di distruggere la sua vita. Attraverso una serie di eventi e incontri con personaggi simbolici, il protagonista comincia a prendere coscienza dell'esistenza della sua ombra interiore e della necessità di affrontarla per guarire dalla sua depressione.

La metafora dell'ombra
mi è sembrata da subito
il modo efficace
per rappresentare
il dolore e la sofferenza
che caratterizzano
la depressione giovanile

B) La depressione giovanile come ombra esteriore

Un'altra strada che potevo percorrere per delineare la depressione giovanile era quella di disegnare la "malattia" come un'ombra esteriore. In questo caso, l'ombra diventa un simbolo di una forza invisibile e incontrollabile che agisce sulla realtà circostante, rappresentando la depressione come un fenomeno che va al di là del governo volontario del/della protagonista.

Grazie all'incontro con il prof. Sergio De Filippis e gli "ospiti" della sua clinica si è formato in me con maggiore chiarezza l'indole da assegnare alla storia. Le parole di un professionista così appassionato e creativo mi hanno aperto una porta definitiva. L'ombra doveva prendere una forma esteriore. Ed è stato guardando un film documentario, di cui non ricordo più il titolo, su una ragazza americana affetta da depressione maggiore che trovo una frase che spalanca un ulteriore varco. Lei afferma a un certo punto, parlando della sua afflizione: *"sometimes the monster under the bed crawls out"*. A volte il mostro sotto il letto striscia fuori. Bang! L'illuminazione.

La road map della storia

Dovevo raccontare di come quel mostro, quel demone, esce allo scoperto per ghermire tutta la luce e la speranza di Dafne. Una ragazzina di 17 anni dagli occhi grandi come una bocca vorace affamata, che scivola progressivamente nel baratro che si è spalancato nella sua stanza. La conosciamo nel momento in cui la “depressione” si è già manifestata nella sua vita sotto forma di un’ombra nera, di una sagoma umana di cui non vediamo mai i tratti, ma li intuiamo. Una specie di coscienza oscura a cui Dafne non può che prestare ascolto e che la invita a non uscire dalla sua stanza, a non alzarsi dal suo letto, a non lasciare che il mondo le faccia ancora del male. A chiudere quegli occhi prima spalancati dallo stupore. Sarà l’ombra a “prendersi cura” di Dafne. A starle accanto. E intanto lei sprofonda.

Il cortometraggio non è la forma ideale per raccontare la progressione di un processo. La lenta discesa nella voragine. Eppure occorre narrare il passare del tempo durante il quale la protagonista diventa prigioniera del suo “ospite inquietante”. Occorre trovare dei momenti simbolici. Delle tappe. E dei personaggi che funzionassero come cornice in cui il quadro, oscuro, prende forma. Quindi non un elemento “decorativo” alla vita di Dafne, ma inconsapevoli complici dell’Ombra. Il padre e la madre in questo caso. Senza colpevolizzarli. Senza puntare il dito contro, ma cercando di far emergere le loro debolezze. Le inevitabili fragilità di chi si trova a fare il mestiere più difficile del mondo, il genitore appunto, senza un manuale d’istruzioni con regole precise e un panorama psicologico chiaro.

Di partite a scacchi e altre metafore

Ogni storia che si rispetti ha bisogno di un finale che tiri le fila di tutto, evitando se possibile la banalità di scelte facili e allo

stesso tempo chiudendo la vicenda con credibilità. In questo caso non si voleva, giustamente, dissolvere nella cupezza di un finale senza speranza. Doveva emergere la luce, la possibilità di trovare uno spiraglio. Mi serviva un simbolo, visto che l'intera vicenda era raccontata con un impianto più suggestivo che realistico, più metaforico che didascalico. Allora mi è venuta in soccorso la mia passione per il cinema di Bergman, un autore che come pochi ha saputo esplorare, in una dimensione metafisica, la complessità dell'anima umana. Mi è venuta alla mente la partita a scacchi con la morte del cavaliere templare ne "Il settimo sigillo". Mi sono detto: se la protagonista della storia è una ragazza affetta di depressione che comincia una battaglia con la sua entità oscura, la metafora potrebbe rappresentare la lotta tra la sua volontà di uscire dalla depressione e la sua "malattia mentale".

In questo senso potevo descrivere la partita a scacchi come una rappresentazione simbolica del conflitto interiore della ragazza. La sua metà oscura è il suo doppio che abbiamo visto per tutto il film incitarla alla non azione o addirittura alla risoluzione più negativa possibile.

Mi sono detto: la ragazza potrebbe cercare di sconfiggere la sua metà oscura, rappresentando la lotta per trovare una via d'uscita dalla sua depressione. La partita potrebbe essere un gioco tattico in cui Dafne cerca di prevedere le mosse dell'Ombra, mentre cerca di costruire una difesa forte e di avanzare con le sue pedine.

Inoltre, cosa più importante, potevo rappresentare l'evoluzione della partita a scacchi come una metafora del percorso della ragazza verso la guarigione e con l'aiuto di un terapeuta e dei suoi stessi genitori lei riesce a trovare la forza per combattere la sua depressione e a prendere il controllo della partita. In questo modo, la metafora della partita a scacchi può rappresentare l'idea stessa di lotta, aiutando lo spettatore a comprendere la complessità del conflitto interiore che sta affrontando. ■

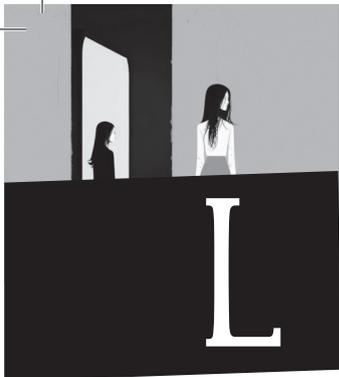
L'incredibile avventura del personaggio di Dafne



di ALESSANDRO RICCARDI*







Lavorare sul personaggio di Dafne è stata una delle cose più delicate e, allo stesso tempo, dolorose che abbia fatto da quando ho cominciato a fare questo mestiere.

Da appassionato di film horror, trovo che dolore, violenza e paura, quando sono *finti*, siano molto divertenti. Il dolore di Dafne invece doveva essere *vero*, doveva rappresentare in modo convincente quello di tanti ragazzi e ragazze che lo vivono quotidianamente. E anche quello dei loro genitori, che lo vivono di riflesso, ma in modo molto angoscioso, spesso con un forte senso di impotenza.

Mi sono concentrato innanzitutto sull'analisi della sceneggiatura, sul modo in cui era stato rappresentato il personaggio e su quali erano le sensazioni che mi trasmetteva. Quello che mi è arrivato è un male profondo, vissuto più come un peso soffocante che come un dolore vero e proprio, come se il semplice gesto di aprire gli occhi la mattina fosse qualcosa di insopportabile, per tutto ciò che ne deriva.

Successivamente all'analisi del personaggio, ho studiato i comportamenti di alcuni giovani che conosco e che soffrono di depressione, distinguendo tra chi la subisce e basta, e chi invece cerca di combatterla, con l'aiuto della famiglia e di professionisti specializzati.

Questa distinzione mi era necessaria per poter rappresentare al meglio l'arco narrativo di Dafne, che passa nel buio più profondo, fino all'inizio di un percorso che la porterà verso la luce.

Per poter rappresentare Dafne al meglio, avevo bisogno che il contesto in cui si muoveva fosse credibile, quindi ho ritenuto necessario concentrarmi sulla famiglia. Volevo innanzitutto

rappresentare una famiglia come tante, magari con qualche problema in termini di sensibilità, ma comunque senza cattiveria. Non volevo che la gente vedesse il corto e pensasse: *"Quella ragazza è in depressione perché i genitori sono cattivi con lei... a mia figlia non potrà mai succedere!"*

Volevo invece *spaventare* i genitori, metterli in guardia a tenere d'occhio i segnali che possono presentarsi, perché si tratta di qualcosa che davvero può capitare a chiunque. L'intento era quello di far aprire gli occhi o tenerli ancora più aperti. È molto facile trovarsi davanti ad un sintomo e liquidarlo come adolescenza. Certo è difficile riconoscerli e distinguerli da quel modo umorale di comportarsi tipico proprio dell'adolescenza. Del resto, il mestiere di genitore è difficile in ogni aspetto, eppure in qualche modo noi tutti dobbiamo salvaguardare e sostenere i nostri figli, senza la paura di farci aiutare, senza il timore che contattare un medico possa essere un sinonimo del nostro fallimento.

E arriviamo all'Ombra. Da sceneggiatura, l'Ombra era rappresentata come una vera e propria ombra. Una sorta di mostro sotto il letto che non riusciamo mai a vedere, ma di cui avvertiamo la presenza. Era certamente affascinante come idea, ma nonostante questo ho deciso di prendere un'altra direzione. Volevo che la presenza fosse materica, fisica. Volevo che se ne avvertisse il peso, non solo



l'immagine. La volevo come un avvoltoio che vola in cerchio nel cielo in attesa di pasteggiare su un cadavere.

Ho voluto anche che gli accessi di ira di Dafne venissero recitati con gesti simultanei, tra lei e l'Ombra. Volevo trasmettere la sensazione che fosse lei a guidare certi comportamenti, muovendo il corpo di Dafne come fosse una marionetta.

Sulla scena del taglio con la lametta, invece, ho cercato di essere soprattutto delicato. È stata una scena molto difficile da dirigere, sapevo che era un punto fondamentale del racconto e non volevo che venisse perso nulla, non volevo banalizzare ciò che dovevo mettere in scena e, soprattutto, non volevo che quel momento così difficile potesse essere visto in chiave horror. Sentivo l'esigenza di rispettare il dolore di tutti i ragazzi che praticano l'autolesionismo alla ricerca di un po' di conforto, e non volevo rendere quel momento piacevole per nessuno, nemmeno per gli amanti dello splatter. Motivo per il quale ho deciso di non inquadrare il momento del taglio vero e proprio, ma di rappresentarlo come una goccia di sangue che cola dalla gamba e finisce sul pavimento.

Quello è l'unico momento nel corto in cui Dafne e l'Ombra hanno una vera interazione. È l'Ombra a passarle la lametta, dopo averla convinta di essere brutta. Per poi restare ad osservare nell'angolo opposto il risultato della sua creazione.

Nel finale ho cercato di essere realistico. Il combattimento di Dafne contro l'Ombra, quando finalmente i suoi genitori hanno capito (nel modo peggiore) che la figlia ha un problema che non possono risolvere da soli e che non *passerà* semplicemente, è una strada lunga. Per questo la scelta di rappresentarla vicino al mare, simbolo di apertura, ma sempre con l'Ombra alle spalle. Stavolta più distante, meno *pesante*, ma sempre presente. ■

No Pasa Nada: Destigmatizziamo la salute mentale attraverso la cultura pop

di MARTA BASSO*

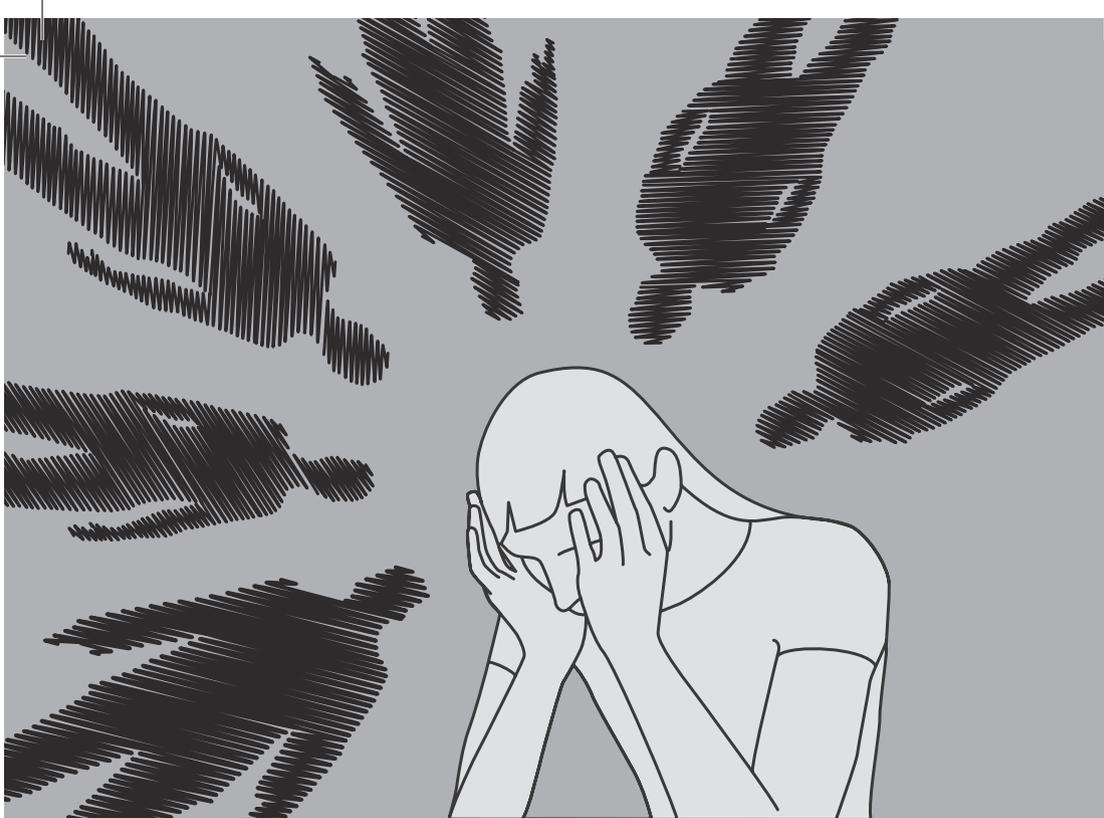


Gennaio 2018 è stato il periodo della mia vita in cui mi sono sentita più sola in assoluto. Non quando vivevo dall'altra parte del mondo, non subito dopo una brutta rottura sentimentale, né quando mi sono resa conto di aver perso un'amicizia per strada. Gennaio 2018 è stato il mese che mi ha cambiato la vita per sempre.

Una serata come tutte, stesa a letto, scrollando il feed di Twitter, leggendo notizie più o meno serie: è stato così che ha cominciato a chiudermi la trachea, in un vortice di pensieri che mi sembrava incontrollabile. Mi sono alzata di getto e ho sceso le scale, andando in cucina, in bagno, non sapendo esattamente cosa fare, come gestirmi, io che a gestirmi sono sempre stata bravissima.



influencer Co-Founder
No Pasa Nada



Ci ha pensato mia madre: “È un attacco di panico, tranquilla, ci sono io” mi ha detto. Attraverso delle semplici tecniche di *grounding*, che deve aver imparato sul campo con i suoi studenti delle superiori, ha riportato il mio battito cardiaco a livelli normali e ha ritariato la mia percezione della realtà. Poco più di quindici minuti. Anche quella notte ho dormito, io che non so proprio cosa sia l’insonnia, eppure, mi aveva cambiata per sempre. Poco più di quindici minuti che mi hanno cambiato la vita per sempre. Nei giorni successivi non mi capacitavo di cosa mi fosse successo, e i pensieri intrusivi prendevano il sopravvento. Se lo sto pensando è perché lo desidero? Mi chiedevo. Mi sentivo una persona orrenda, la peggiore del pianeta, che non era degna di attenzioni né tantomeno di affetto. Ero sola. Sola contro il mondo, davvero, per la prima volta, in una guerra che non avrei mai voluto combattere.

Anche grazie alla vicinanza della mia famiglia, ho accettato di iniziare un percorso psichiatrico oltre che psicoterapico, e

di cominciare a guardare alla mia condizione come quella di una malata qualsiasi: come se mi fossi rotta un ginocchio, o avessi preso un virus che mi aveva fatto alzare la febbre e colare il naso. Penso spesso che senza Barbara, la mia terapeuta e Stefania, la mia psichiatra, non sarei qui a raccontare questa storia. E di sicuro non avrei reso il racconto della salute mentale lontano dallo stigma una mia bandiera. Poco più di due anni dopo questi fatti, a poche settimane dall'inizio della pandemia, mi arriva un messaggio di Franci, con cui condivido oltre che un'amicizia una certa tendenza a pensieri ipocondriaci: *"Perché non facciamo un podcast?"*, mi chiede scherzando. *"Raccontiamo di quello che provano persone come noi in un momento come questo"*. Detto fatto: *No Pasa Nada* parte a maggio 2022, dalle nostre camerette su tutte le piattaforme podcast. *"Destigmatizziamo la salute mentale attraverso la cultura pop"* questo è sempre stato il nostro obiettivo, ma davvero non potevamo immaginare il vaso di Pandora che stavamo aprendo.

Attraverso tutti i canali social, oltre che in quelli in cui il podcast aveva cominciato ad essere distribuito, continuavamo a ricevere messaggi, riscontri, opinioni e ringraziamenti. Qualcuno chiedeva più informazioni riguardo un sintomo o un disturbo, qualcuno ci suggeriva un personaggio da analizzare, qualcuno chiedeva aiuto per sé o per qualche amico. Qualcuno ringraziava perché così si era sentito meno solo.

Ogni volta che mi capita di leggere questo nei nostri messaggi privati o nella nostra casella di posta, mi ricordo perfettamente di quel gennaio e di quei primi mesi del 2018, in cui altro non vedevo che il buio davanti a me, e in cui ero circondata solo dai miei stessi fantasmi, che mi sentivano urlare ma non se ne

“

Qualcuno
ringraziava
perché così
si era sentito
meno solo

“

Fuori dall'universo della colpa e del giudizio” è lo slogan di *No Pasa Nada*

andavano, anzi, si sedevano più comodi proprio accanto a me.

Finché non ho capito che l'unico modo per farli andare via, o almeno farli allontanare un po', non era nasconderli: era mostrarli al mondo. E farlo, se possibile, con ironia, anche attraverso i personaggi pop come facciamo su *No Pasa Nada*.

La generazione dei millennials, la mia, e soprattutto la generazione Z, vivono il trauma collettivo della pandemia e della guerra in maniera molto più profonda di tutti gli altri.

I millennials vengono dal ricordo ancora fresco del crollo delle Torri Gemelle nel 2001 e dalla crisi finanziaria del 2008; la generazione Z si è vista scappare un pezzo di futuro bello e buono con limitazioni alla socialità che hanno minato l'autostima e la rete di supporto di tantissimi di loro per sempre.

In un clima di incertezza che non ha precedenti nella storia recente dell'Occidente, dobbiamo tornare al concetto di comunità per non limitarci a sopravvivere. Nel nostro Paese, persino la legge fondamentale sembra tutelare il nostro diritto alla comunità. L'articolo 17 della Costituzione legge testualmente: *“I cittadini hanno diritto di riunirsi pacificamente e senz'armi. Per le riunioni, anche in luogo aperto al pubblico, non è richiesto preavviso. Delle riunioni in luogo pubblico deve essere dato preavviso alle autorità, che possono vietarle soltanto per comprovati motivi di sicurezza o di incolumità pubblica.”*

E allora, come assicurare questo diritto e come rispondere a questo bisogno totalmente umano in un contesto storico come

quello che abbiamo vissuto? Andando a cercare le persone dove si trovano: ovvero, per la maggior parte di loro, sui social. Ecco spiegato il motivo per cui progetti come *No Pasa Nada*, ma anche molti altri media di psicologia online, o addirittura di singole persone che raccontano la loro esperienza di pazienti nell'ambito della salute mentale (e non solo), riescono a toccare così tanti utenti, così tante vite sui canali digitali. Perché nessuno di noi vuole sentirsi solo, come mi sono sentita io qualche anno fa: non solo bisogna affrontare il disagio, il disturbo, o la malattia, ci si sente in dovere di farlo di nascosto, vergognandosene. Eppure, non c'è nulla di più lontano dalla realtà e nulla di meno utile di questo.

“Fuori dall'universo della colpa e del giudizio” è lo slogan di *No Pasa Nada*, nell'impegno quotidiano di eliminare le barriere endogene ed esogene che ci fanno percepire la salute mentale come qualcosa di estremamente lontano da noi, che ci riguarda solo nel caso in cui ci tocchi, e poverini gli altri a cui succede. Qualcosa per cui, al massimo, possiamo provare pietà, o spavento, ma che non può essere mai considerata accanto a qualsiasi altra problematica di salute. Non tutti abbiamo la velleità o la capacità di creare community attorno a noi. Non bisogna per forza andare sui social a raccontarsi e a spogliarsi di ogni velo, per rompere quello di Maya. Però raccontate che andate dallo psicologo, come quando lo fate per il fisioterapista. Raccontate che anche voi siete stati dallo psichiatra, come se foste stati dal gastroenterologo. Raccontate la vostra esperienza con i farmaci, come non avete paura di parlare di yoga o meditazione o esercizi di respirazione. Toccherete la vita anche di una sola persona, ma sarà cambiata per sempre. E senza un attacco di panico nel mezzo.

Non mi sono mai sentita così sola come nel gennaio 2018. Magari, grazie alle vostre, alle nostre parole aperte, queste non verranno pronunciate mai più. ■

LA PAURA DI ESSERE SE STESSI NEL MONDO: promuovere la salute mentale a scuola e prevenire il disagio negli adolescenti

di **MARIA GRAZIA ATTANASI***



 dirigente scolastica del Liceo
Scientifico e Linguistico G.C. Vanini
di Casarano (Lecce) con più di
1.200 studenti di età compresa
tra i 14 ai 19 anni





La pandemia da Covid-19 ha rappresentato una catastrofe di dimensioni planetarie, il primo evento traumatico su scala mondiale nella storia dell'umanità più recente. Dopo questo drammatico ed inaspettato avvenimento, ci si è maggiormente resi conto di come la salute mentale e l'esperienza del disagio siano strettamente connesse al modo di vivere la propria quotidianità. Una parte importante della routine giornaliera di milioni di ragazzi in Italia, in Europa e in generale nei cosiddetti Paesi sviluppati, è rappresentata dalla scuola; è proprio qui che la maggioranza degli adolescenti trascorre ogni giorno molto del suo tempo. Considerando il **benessere mentale** e il **disagio** come esperienze che si costruiscono e che si apprendono all'interno di un percorso formativo, non solo formale ma anche non formale ed informale, e quindi nella quotidianità, la scuola riveste un ruolo centrale nella promozione dell'uno e nella prevenzione dell'altro.



La scuola, infatti, una tra le più importanti agenzie educative tra le poche rimaste, dovrebbe essere, per sua natura, deputata a occuparsi anche di educazione alla salute mentale dei propri studenti, poiché spesso è il luogo dove il disagio si manifesta e, sempre più frequentemente, purtroppo in maniera inconsapevole, il luogo dove esso viene provocato.

Secondo il rapporto sul benessere degli adolescenti Ocse - Pisa 2015, l'ultimo pre-pandemico, la scuola italiana è la più ansiogena del mondo. I quindicenni italiani sono più ansiosi dei coetanei europei e meno soddisfatti della loro esistenza proprio a causa della scuola. I dati del 2015 ci insegnavano un identikit abba-

stanza preoccupante. Gli studenti italiani riportavano livelli di ansia scolastica più elevati della media Ocse: mentre solo il 37% dei coetanei europei diventava nervoso quando si preparava ad un test, nel nostro Paese la percentuale saliva al 56% e persino chi si dichiarava preparato, il 70%, provava molta preoccupazione (14 punti percentuali in più rispetto agli altri Stati).

Questo fermo immagine risalente al 2015 purtroppo non descrive più la realtà di oggi nella quale si registra un aggravarsi delle condizioni di benessere degli adolescenti ed una consistente perdita degli apprendimenti (learning loss) dopo la pandemia.

In occasione di un Congresso Nazionale a cui ho partecipato su «Salute mentale, tra sostanze, pandemia e servizi territoriali» tenutosi a Roma il 20 e 21 settembre 2022, sono rimasta particolarmente colpita da alcuni dati riportati dagli esperti medici.

Sulle slide proiettate si leggeva quanto segue:

- **Più di un adolescente su 7** tra i 10 e 19 anni convive con un disturbo mentale diagnosticato
- **46.000** adolescenti ogni anno si tolgono la vita, **più di 1 ogni 11 minuti**
- Un giovane su 5 tra i 15 e i 24 anni dichiara di sentirsi spesso **depresso** o di avere poco interesse nello svolgimento di attività
- **L'ansia e la depressione** rappresentano il 40% delle diagnosi
- L'impatto della pandemia sulla salute mentale è solo **la punta dell'iceberg**

(Dati Ansa - Roma 5 ottobre 2021)



**La scuola
italiana
è la più
ansigena
del mondo**

I dati del Congresso della **SINPIA - Società Italiana di Neuropsichiatria dell'Infanzia e dell'Adolescenza** (3-6 novembre 2021) parlavano molto chiaramente:

- In meno di dieci anni è raddoppiato il numero dei pazienti seguiti nei servizi di Neuropsichiatria dell'Infanzia e dell'Adolescenza (Npia)
- Agipress (Agenzia di Stampa accreditata nel Repertorio delle Agenzie di Stampa Nazionali della Presidenza del Consiglio dei Ministri) documentava che "In Italia quasi 2 milioni di bambini e ragazzi sono colpiti da **disturbi neuropsichici dell'età evolutiva**, in conseguenza dei quali **circa 300 mila alunni sono con disabilità**, mentre **300 mila manifestano disturbi specifici dell'apprendimento**"

La pandemia da Covid-19 è stata, pertanto, una grande minaccia per la salute mentale di bambini e adolescenti. Le cause che hanno portato ad un peggioramento del livello di benessere mentale rispetto alla situazione rilevata da Ocse nel 2015 possono facilmente intuirsi: chiusura, riapertura e nuova chiusura delle scuole; abolizione delle occasioni di socializzazione; riduzione dell'attività fisica e alterata regolazione dei ritmi circadiani (sonno- veglia); continua esposizione a livelli elevati di stress; stravolgimento di modi e mezzi di fare scuola attraverso l'uso della tecnologia; continua esposizione a situazione di trauma collettivo.

Ed ancora, lo studio "Impact of the Covid-19 Outbreak on the Behavior of Families in Italy: A Focus on Children and Adolescents", di Sara Uccella ed Elisa De Grandis del 2021, che ha coinvolto 3.245 famiglie di bambini ed adolescenti italiani, di cui si dava contezza sempre durante il simposio romano del 2022, riportava i seguenti dati:



- 65 - 71% dei bambini: presentano una regressione dello sviluppo e un aumento dell'irritabilità, disturbi del sonno e d'ansia
- **72%** adolescenti: manifestano **somatizzazioni** (es. dispnea ansiosa) severe **difficoltà di addormentamento**, **cambiamento** repentino **d'umore** e aumento dell'**aggressività**

Infine, un'ulteriore dato estremamente significativo colto durante il Congresso Nazionale di Psichiatria di cui sopra, viene dallo studio internazionale "Global Prevalence of Depressive and Anxiety Symptoms in Children and Adolescents During Covid-19 - A Meta-analysis" di N. Racine del 2021, condotto su 80.879 bambini e adolescenti, il quale dimostrava che durante la pandemia il dato relativo ai disturbi depressivi era schizzato al 25,2% contro il 12,9% del periodo pre-pandemico e in relazione ai disturbi d'ansia generalizzati e ai disturbi d'ansia sociale, le percentuali in periodo pandemico erano del 20,2% contro l'11,6% del periodo pre-pandemico.

"Quei ragazzi a rischio abbandono, le testimonianze: non reggono più i ritmi di studio e hanno troppa paura di sbagliare"

"Basta, sono indegna: in classe non respiro"

"Quei 70mila studenti tentati dall'addio alla scuola"

"La scuola disattenta al disagio sociale e a quello cognitivo"

"La fuga dai licei"



Sono solo alcuni dei titoli di articoli pubblicati dalla testata giornalistica "La Repubblica" da dicembre 2022 ad aprile 2023. Rientrati dopo due anni di pandemia, i bambini ma soprattutto gli adolescenti si sono ripresentati all'appello delle scuole **più fragili, più arrabbiati, isolati o aggressivi, meno preparati**. Ragazze e ragazzi sulla soglia delle aule scolastiche hanno già un piede fuori. Ed è allarme nelle scuole per una fascia grigia che rischia di andare a ingrossare le fila degli abbandoni. L'anno scolastico 2021/22 ha registrato il record di non ammessi all'anno

Una sconcertante ma dettagliata descrizione della scuola italiana ci viene data dalla pubblicazione del libro "La scuola bloccata" (Laterza, 2022), di Andrea Gavosto, economista, presidente della Fondazione Giovanni Agnelli, membro del comitato tecnico-scientifico internazionale istituito dal Miur per la messa a punto del sistema nazionale di valutazione delle scuole.

L'autore, esplorando i problemi che affliggono il sistema educativo del nostro Paese, curriculari, di struttura dei cicli, di reclutamento e formazione degli insegnanti, di risorse e tempi della scuola, di metodologie e così via, parla di "una colossale *débâcle* della nostra scuola".

successivo, non per scarso profitto ma per le troppe assenze. Mentre chi frequenta regolarmente spesso è preda di ansia, stanchezza, improvvisa aggressività.



...incapacità di
far fronte
ad attività
quotidiane
con l'efficienza
solita...

I dati che sintetizzano l'inadeguatezza del sistema educativo italiano sono evidenti:

Il **51%** dei diciannovenni italiani non raggiunge una soglia accettabile (Livello 3) in matematica

Il **44%** dei diciannovenni italiani non raggiunge una soglia accettabile (Livello 3) in lettura e comprensione del testo

Il 70% di studenti diciannovenni del sud d'Italia non ha competenze adeguate in matematica

Il prezzo pagato dalla scuola alla pandemia è stato altissimo:

- In periodo pre - pandemico il 42% dei diciannovenni italiani non raggiungeva una soglia accettabile (Livello 3) in matematica e il 35% dei diciannovenni italiani non raggiungeva una soglia accettabile (Livello 3) in lettura e comprensione del testo

- in periodo post - pandemico il 51% dei diciannovenni italiani non raggiunge una soglia accettabile (Livello 3) in matematica e il 44% dei diciannovenni italiani non raggiunge una soglia accettabile (Livello 3) in lettura e comprensione del testo

È sempre più frequente che genitori e insegnanti segnalino ai dirigenti scolastici situazioni di cambiamenti emotivi e comportamenti repentini che implicano incapacità di far fronte ad attività quotidiane

con l'efficienza solita, cambiamenti del ritmo sonno e/o abitudini alimentari, stati d'animo negativi di lunga durata, qualche volta accompagnati da pensieri di morte, aumento significativo del tempo trascorso da soli, disobbedienza persistente e/o marcata disforia, appiattimento affettivo, fenomeni dispersivi o atteggiamenti autoreferenziali.

A tutto ciò si aggiungono i gravi disagi causati dai fenomeni di **bullismo e cyberbullismo in tutte le sue variegate forme (flaming, harassment, outing, esclusione, sexting ecc).**

Di fronte a questa realtà, avere consapevolezza della stessa significa, da parte degli insegnanti e dei dirigenti scolastici, pensare o ripensare al proprio ruolo e al proprio spazio di intervento, come ruolo e spazio da cui partire per agire educativamente, per realizzare esperienze che aiutino i ragazzi e questo compito sembra sempre più



Gravi disagi causati dai fenomeni di bullismo e cyberbullismo

urgente, considerando l'attuale contesto socioculturale e le condizioni economiche globali e locali che, soprattutto con l'avvento del Covid-19, hanno aggiunto complessità al già difficile compito dei giovani di progettare il proprio percorso esistenziale.

La scuola italiana, inoltre, avrebbe bisogno di politiche scolastiche che ben definiscano che cosa insegnare, come insegnare, chi può insegnare e come affrontare in maniera strutturale, prendendone urgentemente in carico, i bisogni speciali per la promozione del wellness dei minori.

Sebbene il Miur (attualmente Mim - Ministero dell'Istruzione e del Merito) - Direzione generale per lo studente, abbia

da alcuni anni a questa parte, avviato varie attività e collaborazioni rivolte alle scuole per tutelare il diritto alla salute, sensibilizzare sui temi della prevenzione e promuovere corretti stili di vita identificando, tra i temi da affrontare, anche quelli delle dipendenze, salute mentale e disturbi alimentari, **non esiste nessun dispositivo strutturato di tutela mentale negli istituti scolastici.**

In assenza di un quadro normativo statale, tutto è demandato alla volontà dei singoli istituti o dirigenti scolastici che possono decidere di sfruttare particolari fondi dedicati o ospitare il Cic (Centro di Informazione e Consulenza) istituito dalla Legge n° 162 del 26 giugno 1990, approfittando delle occasionali proposte dagli ambiti territoriali che, per quanto preziosissime, spesso sono attivate con estremo ritardo rispetto allo sviluppo dell'anno scolastico e garantiscono uno psicologo per massimo di due ore settimanali per scuola. Un ragazzo che utilizza lo sportello d'ascolto e che vuole riprendere un appuntamento si trova spesso a dover aspettare 2 o 3 settimane prima di poterlo incontrare. Facendo un esempio pratico calato nella mia realtà scolastica, le richieste di consulenze settimanali sono numerose e non possono essere evase nell'arco di due ore settimanali.

Non vi è una regolamentazione nazionale rispetto a dei servizi di supporto psicologico all'interno delle scuole, né sono previste figure di riferimento incardinate nell'organico scolastico.



Nei casi in cui, poi, si ravveda la necessità di interventi specialistici di neuropsichiatria infantile, l'Unità Operativa Complessa e i 4 Poli territoriali relativi alla Provincia di Lecce cercano di dare risposte ai quesiti diagnostici di base e alle indicazioni terapeutico-riabilitative, con presa in carico del minore e della sua famiglia ma sarebbero necessari maggiori centri e più personale.

Gli studenti e le famiglie chiedono che la salute mentale diventi un problema politico e collettivo.

Non è solo la pandemia, è la nostra società che produce stress e malessere psicologico. Vanno potenziati gli strumenti pubblici di cura, in particolare i servizi psicologici e di psicoterapia perché oggi sono quasi inesistenti. Bisogna affrontare

il tema non solo a valle, con le cure, ma attivare una rete di prevenzione e promozione delle risorse psicologiche proprio a partire dalla scuola.



**Gli studenti
e le famiglie
chiedono
che la salute
mentale diventi
un problema
politico
e collettivo**

Sarebbe urgente regolare e finanziare un servizio strutturale di assistenza psicologica, psicoterapeutica e di counselling scolastico e universitario, che possa basarsi su personale professionista e interfacciarsi con il servizio sanitario territoriale assicurando la presa in carico degli studenti che ne avessero bisogno.

Lo psicologo scolastico non fa terapia ma aiuta il sistema scuola, studenti e famiglie, docenti e orga-

nizzazione a fare prevenzione primaria, ad ascoltare ed intercettare il disagio prima che divenga disturbo, a promuovere, a livello individuale e collettivo, le competenze psicologiche, oggi messe in crisi da molti fattori.

È indispensabile sostenere la formazione dei docenti e degli operatori della scuola affinché riescano a **leggere ed affrontare adeguatamente le problematiche generali legate al benessere psicofisico degli studenti** e particolari relative alle dipendenze e alla promozione della salute mentale.

Servono, pertanto, protocolli standardizzati di modelli di ascolto da diffondere sul territorio nazionale, possibilmente realizzati secondo un approccio *Value Based Health Care* focalizzati sulla promozione, prevenzione, trattamento, cura e riabilitazione, costruiti in sinergia con

l'ecosistema scuola e le sue professionalità, l'ecosistema adolescenti e le famiglie per intercettare diagnosi precoci e prese in carico adeguate.

In definitiva attuare strategie europee e governative di ampio respiro con fondi dedicati per sconfiggere la pandemia conclamata eppure silente della salute mentale. ■



...Sconfiggere
la pandemia
conclamata
eppure
silente della
salute mentale

La storia di Fame d'Amore

di **ANDREA CASADIO***



medico, giornalista
e autore tv

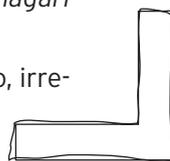




“**S**e mia figlia Clara avesse un tumore maligno allora sarei felice se lei raccontasse la sua storia. Invece mia figlia ha sofferto di anoressia, ora dicono che è bipolare, si taglia le braccia e le gambe in continuazione fino a scarnificarsi, e ha persino tentato il suicidio. Sta male da sette anni”, mi dice con voce dura e affranta la signora elegante che ho di fronte, mentre due passi dietro di lei sta immobile sua figlia, timorosa e impaurita, con lo sguardo rivolto verso il basso.

“La nostra è una famiglia perbene, eravamo felici fino a quando nostra figlia si è ammalata! No, non voglio che racconti la sua storia adesso, magari quando sarà guarita, se mai guarirà.”

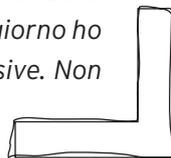
Clara scoppia a piangere, un pianto a dirotto, irrefrenabile, e scappa via.



Questa scena è successa davvero. Clara, una ragazza di ventidue anni vivace e matura, voleva raccontare la sua storia di fronte a una telecamera perché, ci aveva detto: *“Magari io posso essere di aiuto a qualche ragazza o ragazzo che sta passando quello che ho passato io, perché ho imparato che se provi un dolore prima chiedi aiuto e meglio è.”* E invece sua madre glielo ha proibito, pronunciando quelle frasi che mi hanno gelato il sangue nelle vene. Quanto sono violente e tragiche le parole di una madre che a sua figlia, malata di un disturbo psichico, dice: *“Preferirei che tu avessi un cancro!”*, una madre certo sfinita dalle cure lunghe ed estenuanti che aveva dovuto prestare ad una figlia che indubbiamente amava. Parole che però facevano male, rivolte a una figlia che forse aveva un unico cruccio: non si sentiva amata per come era, soprattutto dai suoi genitori.

Clara lo raccontava così.

“**F**in da quando ero piccola i miei mi hanno sempre detto cosa dovevo fare, a che scuola dovevo andare, che voti dovevo prendere (ovviamente alti), come mi dovevo vestire, chi dovevo frequentare, cosa dovevo mangiare, che obiettivi dovevo avere nella vita. Mi hanno caricato tutto questo peso sulle spalle e io ho cominciato a provare un'angoscia terribile, c'era sempre qualcosa che facevo che non andava, non gli bastava mai. Dicevo ai miei che stavo male, e loro non mi ascoltavano. Ho smesso di mangiare per ribellarmi: ho deciso di prendere il controllo di me stessa, ho cominciato a rifiutare il cibo che loro mi davano, perché volevo tenere mia madre e mio padre lontano da me, loro mi avevano rinchiuso in una gabbia. Ho perso 30 chili ma non mi bastava. Così ho cominciato a tagliarmi, prima sulle braccia - nascondevo i tagli sotto la felpa - poi dappertutto. Un giorno ho ingoiato due scatole di pillole antidepressive. Non ce la facevo più.”



La madre di Clara pensa che la malattia psicologica di sua figlia sia una vergogna che la famiglia deve nascondere, e che non guarirà mai. Frasi simili, involontariamente crudeli e brutali, le ho sentite pronunciare molte volte in questi anni in cui mi sono occupato di giovani che soffrono di un qualche disagio psichico.



FAME D'AMORE

È una docu-serie che racconta storie di giovani affetti da varie forme di disturbo psichico, dai disturbi del comportamento alimentare, alla depressione, alle dipendenze da sostanze, al disturbo border etc, in onda da quattro stagioni su Raitre. Dal prossimo autunno andrà in onda la sua quinta stagione, sempre su Raitre.

Quando abbiamo iniziato a progettare la nostra serie tv *Fame d'Amore*, volevamo realizzare un'opera che fosse bella, utile e educativa. Volevamo raccontare storie di giovani che soffrono di un qualche disagio psicologico, dimostrare che ognuno di noi - se colto in un momento di debolezza o di fragilità - può ammalarsi di questi disturbi, e che si può guarire. E speriamo che almeno una madre o un padre, guardando la nostra trasmissione, abbia imparato a non pronunciare frasi crudeli come quelle della mamma di Clara perché il nostro messaggio è questo: chi soffre di un disturbo psichico non ha nulla di cui vergognarsi e se chiede aiuto può guarire.

Nel mondo, un essere umano su tre soffre di un qualche disturbo psichico. In Italia gli individui affetti sono almeno 17 milioni. Quello più frequente è la depressione: colpisce 3 milioni di persone, e di questi 2 milioni sono donne. E milioni di altri soffrono di disturbi d'ansia, disturbi del comportamento alimentare, dipendenze da alcol, droghe o farmaci, disturbo bipolare, o disforia di genere. Il 75 per cento dei disagi psicologici si manifesta entro i primi 25 anni di vita: perciò essi sono tipici dell'età giovanile.

I disturbi psichici rappresentano la terza principale causa di

mortalità prematura - dopo le malattie cardiovascolari e il cancro - a causa all'alto tasso di suicidi e scompensi vari ad essi associati. Con la pandemia di Covid-19, poi, l'incidenza di queste patologie è esplosa: il numero degli individui affetti da depressione o da ansia è quintuplicato, quello degli individui affetti da disturbi del comportamento alimentare è aumentato del 30 per cento. Numeri impressionanti.

Ognuno di noi ha sofferto per qualcosa o per qualcuno. C'è chi ha superato il trauma, e chi invece sta ancora male e ha bisogno d'aiuto. Ma quasi sempre un giovane che soffre di un disagio psicologico resta in silenzio, non parla, si nasconde. Perché? Spesso, chi soffre di un disagio si sente solo e abbandonato, cela il proprio dolore perché si vergogna, teme di essere considerato un debole, un "diverso", un "malato di mente", e ha paura del giudizio degli altri, i "sani", i "normali". Invece, chi confessa "io sto soffrendo" e chiede aiuto non è un debole ma un coraggioso, e chiedere aiuto è un segno di grandezza, non di debolezza.

Se sta male un figlio soffre tutta la famiglia. Spesso, una madre o un padre - quando vedono che il loro figlio si ammala di un disturbo psichico - cominciano a chiedersi: dove ho sbagliato? È forse colpa mia? Talvolta, senza rendersene conto, i genitori possono essere loro stessi parte del disturbo del loro figlio o figlia, perché caricano su di lui o su di lei il peso delle proprie frustrazioni e dei propri sogni irrealizzati. "Io ti amerò solo se sarai come io desidero", sembra che alcuni genitori dicano ai loro figli. E talvolta, i figli si sforzano di non deluderli, ma così non riescono a crescere, a capire chi sono, cosa desiderano e cosa li fa felici davvero. Risolvere questo legame simbiotico può aiutare i figli e anche i genitori a guarire.

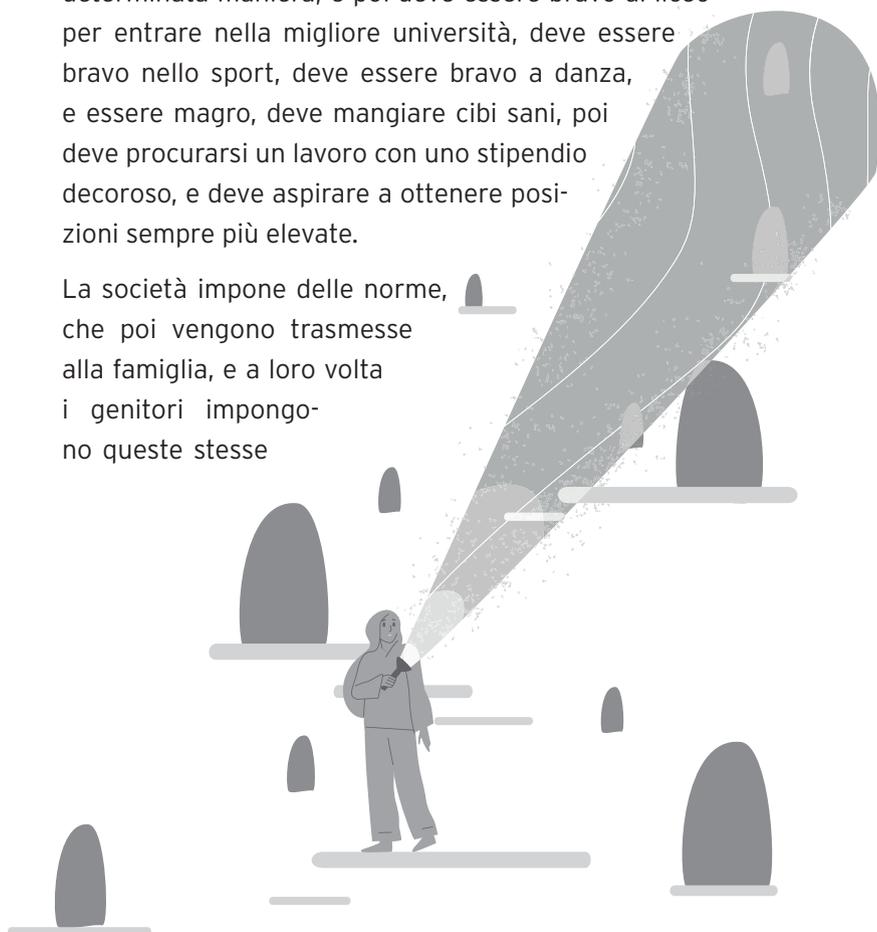
Fame d'Amore racconta le storie di giovani che soffrono di una qualche forma di malessere psicologico e hanno il coraggio di

raccontarsi, ma anche le storie dei loro genitori e delle loro famiglie, che sono coinvolti anch'essi. Perché abbiamo scelto di raccontare storie di ragazzi che soffrono di un qualche disagio psichico? Perché raccontando le storie di questi ragazzi "malati" in realtà raccontiamo la società.

Nella società di oggi ognuno di noi fin da bambino viene abituato, o dovremmo dire addestrato, ad eseguire compiti che devono sottostare a determinati standard, e obbedire a precise norme. Quella di oggi la potremmo definire la società della performance.

Un giovane deve essere bravo e ubbidiente a casa, e poi deve essere bravo a scuola, e poi deve svolgere i suoi compiti in una determinata maniera, e poi deve essere bravo al liceo per entrare nella migliore università, deve essere bravo nello sport, deve essere bravo a danza, e essere magro, deve mangiare cibi sani, poi deve procurarsi un lavoro con uno stipendio decoroso, e deve aspirare a ottenere posizioni sempre più elevate.

La società impone delle norme, che poi vengono trasmesse alla famiglia, e a loro volta i genitori impongono queste stesse



norme sociali e di comportamento ai figli. Talvolta, qualcuno dei figli non ce la fa, si ribella, resiste e si chiede *"Ma perché devo fare questo? Perché devo essere così?"*, e chi non ce la fa più prova disagio, soffre, e cade. Raccontando la storia di questi giovani che soffrono noi raccontiamo in realtà cosa non funziona nelle nostre famiglie e nella nostra società.

Perché un giovane o una giovane soffre di anoressia o di bulimia e giunge a rifiutare il cibo o a vomitarlo fino a rischiare la morte? La separazione dei genitori può provocare ansia o depressione in un figlio o una figlia? Perché un giovane precipita nella tossicodipendenza o nell'alcolismo? Cosa spinge un giovane a infliggersi tagli o bruciature alle braccia o su tutto il corpo? Un giovane che vive rinchiuso nella sua stanza per anni senza parlare con nessuno se non via internet perché lo fa? Quanto soffre un giovane che vive in un corpo con una identità sessuale che non sente sua?

In Italia c'è ancora molta ignoranza su cosa sia la malattia psichiatrica. Per molti, la malattia psichiatrica è qualcosa di oscuro, impalpabile, sfuggente. Se tu apri il cranio di un malato psichiatrico e osservi il suo cervello non trovi niente di anomalo, visibile ad occhio nudo, che ti possa permettere di dire *"Ecco, questa è la causa della malattia."* Per molti è rassicurante il poter attribuire la colpa di una malattia a qualcosa di fisico, di organico, che puoi vedere e toccare. Invece la malattia psichiatrica è un male sottile e impalpabile che non ha una causa organica evidente. L'invisibile all'uomo ha sempre fatto paura. Ed è per questo che la madre di Clara è arrivata dire che avrebbe preferito che sua figlia fosse stata affetta da un tumore maligno, che almeno è qualcosa di visibile, che ti capita contro la tua volontà, un'escrescenza che il tuo corpo impazzito produce e che ti distrugge, e ti può portare persino alla morte. Un tumore maligno lo puoi vedere e lo puoi toccare, e quindi lo puoi tagliare via, estirpare dal corpo. Invece, la malattia psichiatrica

non è causata da una cellula impazzita che si replica all'infinito invadendo il corpo e generando una massa visibile all'occhio nudo, ma è qualcosa di impalpabile che colpisce la psiche, che non puoi vedere ad occhio nudo e non puoi estirpare con taglio secco.

Poi, chi stabilisce chi soffre di un disturbo mentale e chi no? In quasi tutti il mondo si adotta la classificazione delle malattie mentali stilata dalla American Psychiatric Association, l'Associazione Psichiatrica Americana, che riunisce scienziati, psichiatri e medici degli Usa. A scadenze regolari, l'American Psychiatric Association redige il Diagnosis Standard Manual, o DSM, ovvero il Manuale Diagnostico Standard in cui vengono classificate le varie malattie mentali.

L'ultima edizione del DSM, il DSM-5, è stata pubblicata nel 2013. Per prima cosa, il DSM-5 definisce cosa è una malattia mentale. Si legge: *"Un disturbo mentale è una sindrome caratterizzata da un'alterazione clinicamente significativa della sfera cognitiva, della regolazione delle emozioni o del comportamento di un individuo."* Poi, offre una classificazione delle malattie mentali, suddivise in in categorie diagnostiche sulla base della descrizione dei sintomi.

Per esempio, cos'è la depressione? Secondo il DSM, *"Il Disturbo depressivo maggiore è caratterizzato da 5 o più dei seguenti sintomi contemporaneamente presenti per almeno 2 settimane. Almeno uno dei sintomi deve essere l'umore depresso o la perdita di interesse o piacere. I sintomi sono: umore depresso; marcata diminuzione di interesse o piacere, significativa perdita di peso, non dovuta a una dieta, o aumento di peso; insonnia o ipersonnia quasi tutti i giorni; agitazione o rallentamento psicomotori; affaticamento o mancanza di energia; sentimenti di autosvalutazione o di colpa eccessivi o inappropriati; ridotta capacità di pensare o di concentrarsi, o indecisione; pensieri ricor-*

renti di morte, ricorrente ideazione suicidaria senza un piano specifico o un tentativo di suicidio o con un piano specifico per commettere suicidio."

Tutto chiaro? No. Fermiamoci a considerare questi sintomi: chi soffre di depressione mostra una perdita di interesse e piacere e senso di colpa. Bene. Una perdita di interesse e di piacere verso cosa? E senso di colpa perché? Il paziente psichiatrico vive all'interno di una famiglia la quale a sua volta vive all'interno di una società: il paziente psichiatrico che non dimostra interesse o piacere verso la vita, in realtà non dimostra interesse verso quella determinata vita che lui sta vivendo, ma quella vita che lui sta vivendo è basata su un modello che la sua famiglia o la società gli sta offrendo e gli ha anche imposto, in maniera più meno forzata. Il depresso si sente inadeguato e in colpa, incapace rispetto a certi obiettivi che questo modello di vita gli propone. Ma chi stabilisce se questi obiettivi e questo modello di vita imposti dalla società sono giusti o ingiusti? Quel senso di inadeguatezza o di fallimento rispetto ad un modello di vita imposto che sta alla base della depressione quanto è colpa dell'individuo e quanto invece è colpa della società nel suo insieme? Un individuo che si sente irrealizzato, infelice e depresso in una determinata società potrebbe benissimo sentirsi realizzato e felice in un'altra società, più consona alle sue pulsioni e ai suoi desideri più profondi.

Una malattia psichiatrica quindi non è una entità patologica fissa e immutabile nel tempo - come invece è, per dire, il cancro allo stomaco. Paradossalmente, una "malattia psichiatrica" è una "malattia" solo perché viene definita tale. Se non sei "conforme a una norma", sei malato.

Con questo non voglio assolutamente sostenere che la depressione non esista o che sia totalmente provocata dalla società all'interno della quale un individuo trascorre la sua vita.



ANDREA CASADIO

Ex docente universitario ed ex ricercatore di neuroscienze alla Columbia University di New York, ha condotto studi sulla memoria che nel laboratorio di Eric Kandel, premio Nobel per la Medicina nell'anno 2000. Ha lavorato come autore televisivo e inviato a varie trasmissioni (Fame d'Amore, Annozero, Servizio Pubblico, Piazzapulita, Moby Dick, Turisti per caso).

Quello che voglio dire è che ogni malattia psichiatrica si colloca in quell'equilibrio instabile tra una società che stabilisce i suoi obiettivi e le sue norme e l'individuo che ad essi si deve assoggettare. In ogni altro campo della medicina, le malattie sono indubabilmente malattie: chi ha di un tumore maligno soffre di una malattia fisica e reale, indipendentemente dal fatto che egli sia vissuto nel medioevo o nell'era contemporanea, o che viva in Italia, negli Usa, o in Africa. Un tumore è un tumore, e basta: si apre il corpo e si vede che c'è qualcosa che non va, fisico e organico, e la diagnosi della malattia è la stessa in qualunque tempo e in qualunque luogo quell'individuo sia vissuto. Nella

psichiatria non c'è nulla di organico, e chi è depresso oggi potrebbe non essere stato depresso in un'altra società o in un'altra epoca.

Quindi: che cosa è normale e che cosa è anormale dal punto di vista psichiatrico?

Tenete a mente un dato di fatto: fino al 1994 secondo il DSM l'omosessualità era una malattia. A seconda delle varie edizioni del DSM, essa veniva definita "una psicosi che comporta una perversione sessuale", "una deviazione sessuale che fa parte dei disturbi della personalità sociopatica", "una deviazione sessuale che fa parte dei disturbi della personalità", o "un disturbo

dell'orientamento sessuale". Oggi ovviamente essa non è più considerata una malattia psichica. A questo punto, è chiaro che ogni definizione di malattia psichica è figlia del suo tempo ed è stabilita dalla società, perché una società in un determinato periodo storico decide chi è normale e chi no, e sanziona chi è fuori dalle norme. Perciò, quando si parla di un disturbo psichico, chi è normale e chi no? Chi lo stabilisce?

Dal momento che la malattia psichiatrica muta a seconda delle varie società e delle epoche in cui essa viene definita, anche stabilire quale sia la causa della malattia psichiatrica è un'impresa ardua che risente dell'ambiente e della cultura in cui si opera. Quindi, qual è la causa della malattia psichiatrica?

Se chiedete a uno psichiatra o a una associazione del settore quali sono le cause delle malattie psichiatriche, vi potrebbero rispondere così: *"Le cause dei disturbi mentali non sono ancora ben conosciute. La maggior parte di essi deriva dall'interazione di più fattori: vulnerabilità biologica- cioè una specie di predisposizione individuale e familiare, di origine genetica-, fattori ambientali - quali traumi psicologici, famiglia di origine problematica, eccetera-, eventi stressanti nel corso della vita- quali separazioni traumatiche e lutti, condizioni economiche ed abitative precarie, malattie, eccetera-, abuso di droghe- specie quelle che producono eccitamento e che alterano le funzioni cognitive. E questi fattori causano squilibri a livello dei neuroni o dei neurotrasmettitori all'interno del nostro cervello."*

Ma se la malattia psichiatrica è definita tale da una società all'interno di una determinata cultura ed epoca storica, non può che avere una causa soprattutto sociale.

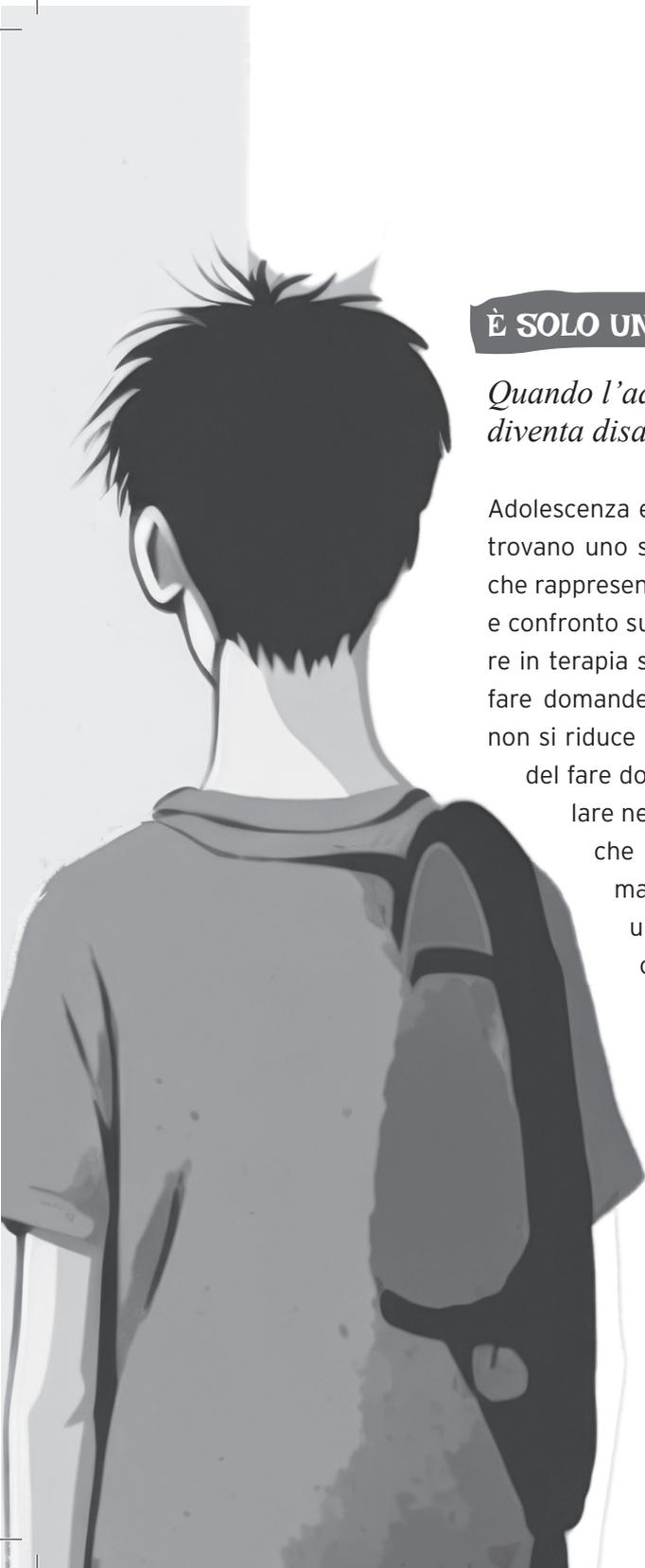
Potrebbe apparire paradossale, ma forse i nostri giovani che soffrono di un disagio psichico forse non sono malati: hanno solo fame d'amore. ■

Disagio adolescenziale: le testimonianze

di **SERGIO DE FILIPPIS,**
ANTONELLA GIULIANI, FRANCESCO TOMASSINI
Clinica Neuropsichiatrica Villa Von Siebenthal



SERGIO DE FILIPPIS

A stylized, monochromatic illustration of a person's back and head, seen from behind. The person has short, spiky hair and is wearing a dark backpack. The style is graphic and minimalist, using shades of gray and black.

È SOLO UNA FASE...

Quando l'adolescenza diventa disagio

Adolescenza e disagio, due parole che trovano uno spazio nella psicoterapia, che rappresenta un luogo di riflessione e confronto sul mondo interiore. Andare in terapia spesso viene associato al fare domande, ed in parte è così, ma non si riduce solo a questo. L'obiettivo del fare domande è quello di stimolare nelle persone una curiosità che può evolversi e trasformarsi in consapevolezza, una perla preziosa che va custodita fino al momento in cui si è pronti, ed è allora che si traduce nel momento della restituzione (in termini di responsabilità personale).

Abbiamo deciso di improntare questo articolo portando alla luce le riflessioni dei ragazzi stessi, e del loro modo di stare in un percorso di crescita e scoperta.

“Mi vedete?” è il titolo di un cortometraggio realizzato a partire dal racconto delle sofferenze dei ragazzi e delle ragazze che sono ospiti presso i reparti di cura di neuropsichiatria infantile. Ha avuto come obiettivo quello di lanciare una riflessione sociale circa il malessere e la sofferenza oltre che la mancanza di strumenti e di ascolto che spesso sono caratteristiche del contesto sociale in cui sono immersi.

La sofferenza diventa una condizione che, per un adolescente in difficoltà, si può trasformare in una potenziale arma, in particolare quando non c'è l'ascolto attivo ed empatico.

Perché un'arma?

Perché l'adolescenza è una fase evolutiva caratterizzata da un senso di ribellione e ricerca di individuazione, che spesso portano l'adolescente a sperimentare confusione circa il proprio corpo, le proprie emozioni ed i propri vissuti. Quando tutto ciò non ha una struttura a cui poter fare riferimento o che possa essere di riferimento rischia di sfociare in comportamenti autolesivi e distruttivi. E quindi ci siamo posti un'altra domanda.

Quanto può essere considerata una fase evolutiva e quanto questa può sfociare nel disagio?

Le riflessioni a riguardo sono molteplici:

Stanza in disordine	Disagio familiare
Regole	Corpo
Ribellione	Non sono ascoltato
Confusione	Etichette
Diversità	Scuola
Individuazione	Amici
Emozioni indistinte	Relazioni tossiche

E potremmo continuare l'elenco. Ma questo articolo non ha lo scopo di creare un elenco di difficoltà, bensì quello di portare alla luce esperienze di sofferenza che però sono state ascoltate e che quindi hanno avuto una possibilità di diventare un mezzo di cambiamento. Tramite l'ascolto empatico, la riabilitazione, la psicoterapia mossi dallo spirito della recovery ci è stato permesso di entrare nel loro mondo e abbiamo pensato di utilizzare i loro racconti, le loro parole ed i loro vissuti per lanciare un messaggio a tutti.

*“Quante persone ti avranno detto
È solo una fase, solo l'adolescenza
Mentre tu vuoi solo comprensione e affetto
E invece ricevi solo la loro assenza.*

*E allora tu provi a cercare quello che manca in te
Ma, sai, non c'è nulla che non va
È l'altro che ti svaluta, ahimè
Perché, del tuo valore e dei tuoi disagi, nulla sa.*

*No, non è solo l'adolescenza e non è solo una fase
della tua vita
È un grande dolore, la cosa è garantita
È una fitta allo stomaco, un peso sulle spalle
Un dolore atroce, che penetra la pelle.*

*E non è per nulla piacevole
Ma si può superare
Chiedere aiuto non è facile
Ma ci si può riuscire.*

*Si sa che ci vorrà tempo
Ma non si deve essere impazienti
È come per la crescita di un piccolo ceppo,
In un percorso bisogna essere consapevoli
e accoglienti.”*

Ludovica e Callia

Quanto è grande il mio bisogno di essere visto? Cosa sono disposto a fare per essere visto? Quanto mi spingo per farmi vedere? Queste sono domande che durante il percorso dei nostri ragazzi sono emerse spesso, ma non sono esclusivamente per chi ha ricevuta una diagnosi, ma sono domande più comuni di quanto pensiamo.

Il nostro lavoro mira al raggiungimento di una consapevolezza circa le proprie difficoltà e le proprie linee di forza, ma questo percorso non riguarda il singolo adolescente, bensì tutta la sua rete, in particolare i suoi caregiver. Psicoterapia familiare e gruppi psicoterapici familiari sono parte fondamentale del percorso poiché non è sempre facile vedere le difficoltà dei propri figli, ci sono i sensi di colpa che impediscono di guardare la sofferenza, accoglierla e sostenerla.

Il lavoro che svolgiamo ha lo scopo di restituire ad ognuno le responsabilità pulite dai sensi di colpa, e questo spesso avviene grazie ai ragazzi* che durante il loro percorso, attraverso un lavoro di scrittura creativa autobiografica riescono ad accettare le loro difficoltà e a re-

stituire ai caregiver i ruoli di adulti.

Vi riportiamo una lettera scritta dai ragazz* stessi per permettere di fornire ai genitori strumenti per leggere il loro mondo interiore senza interpretazioni e/o giudizi.

Lettera ad un genitore:

*"Caro genitore ti voglio insegnare come si ascolta
Come capire, come supportare una persona che vuole
solo sentirsi accolta
Senza giudicare né svalutare.*

*Prima di tutto, se un figlio ha difficoltà che siano
sociali o di altra natura
Un genitore lo aiuterà
Andando oltre i confini della sua armatura.*

*Perché sì, fa tanto male per un figlio
Contenere tutto dentro
Non poter ricevere un consiglio
E avere tutti contro.*

*In sintesi, ciò che bisogna capire
È che se un figlio sta male bisogna agire
Con un supporto psicologico, con amore
Sapendo di dover donare il proprio tempo
ed il proprio cuore."*

Ludovica e Callia

Il romanzo epistolare nella nostra letteratura ha una grande importanza per le sue caratteristiche: è personale e privato, e permette a chi scrive di soffermarsi su dettagli importanti, e sono proprio quei dettagli a costruire la storia di ognuno di noi. Ecco perché non abbiamo trattato i disturbi, ma le singole storie. Sono le uniche in grado di fornirci la giusta prospettiva ed il giusto ascolto della sofferenza dell'adolescente. Spesso i vissuti sono forti, così come lo sono le parole di questa lettera, perché ci permette di comprendere come solo l'intensità dei vissuti emotivi porta a differenziare l'adolescenza "dentro" al disagio e quello che è "fuori".

QUANTO È 'CRINGE' AVERE IL DISAGIO?

Un dialogo tra pari

Quanto il tuo comportamento ti è servito per entrare in relazione?

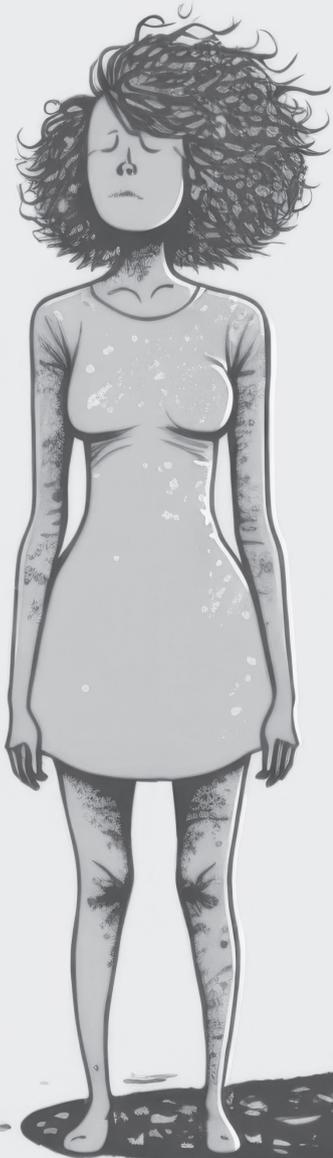
La consapevolezza è parte principale del processo di cambiamento che presuppone una conoscenza di sé e l'accettazione dei propri vissuti senza giudizio.

In questo processo, fondamentale è la rivisitazione della propria storia di vita, attraverso un processo di ridecisione e rielaborazione, soprattutto con la partecipazione attiva della famiglia.

“Nel periodo dell'adolescenza per una ragazza avere un disagio può spesso risultare imbarazzante e si può venire facilmente etichettati e giudicati, per questo molti adolescenti evitano di parlare dei propri problemi.

Può succedere anche che i propri familiari tendano





a non ascoltare o a volte sminuire il malessere di una ragazza portando così insicurezza e imbarazzo in essa. Capita spesso di isolarsi da tutto e tutti. Anche i social, che ormai sono parte delle nostre vite influiscono molto sul nostro modo di comunicare e presentarsi agli altri. Possiamo restare in ombra, non facendo vedere nulla o far vedere a tutti chi non si è, con il rischio in entrambi di esporsi e sentirsi così vulnerabili. La vulnerabilità però è quella che spesso ci fa sentire vivi e che dopo aver superato il momento di "crisi" ci permette di farci sentire con "la pelle dura".

Vorremmo parlare di alcune nostre esperienze che speriamo possano essere di aiuto o di gancio per chiedere aiuto: spesso mi è capitato di vergognarmi delle mie difficoltà, pensavo che gli altri si allontanassero da me, credevo di essere un disgraziato e di avere una vita orribile rispetto agli altri, mi sentivo solo brutto e incapace. Adesso tutti questi pensieri sono diminuiti grazie alle terapie e ad un lavoro su me stesso".

"Molte volte nella mia vita sono stato male, forse troppe e spesso per colpa degli altri o meglio per colpa mia che gli davo peso, ma in quei momenti non volevo mai pensarci e ci provavo in tanti modi, passando dallo sfinirmi stando tutta la notte in giro a farmi del male fino all'anestetizzare ogni emozione con alcool e droghe.

Guardando indietro e ripensando a tutto ciò che è accaduto mi sento triste, per le cose, anche piccole che mi sono perso e che ora che sto meglio posso vivermi

bene, riuscendo a pensare a me e anche agli altri, senza farmi influenzare dai loro giudizi."

Filip ed Isaia

Questi sono due racconti di due ragazzi che sono ad un momento del percorso in comunità diverso, ma entrambi accomunati dal fatto che le difficoltà a volte nella cosiddetta 'community' possono fornire un'identità, un copione di vita. Per un adolescente è fondamentale avere una struttura e un riferimento, ma spesso si incorre in modelli disfunzionali, ed ecco dove si deve intervenire, agli esordi dell'adolescenza, fornendo strumenti e spazi per i caregiver dove apprendere e poter avere un supporto. I percorsi in comunità hanno proprio questo scopo, di supportare e guidare i genitori a riscoprire le loro linee di forza e zone di fragilità per renderle terreno fertile per la relazione con i propri figli.

QUANTO È DIFFICILE CHIEDERE COME STAI AD UN ADOLESCENTE

Quanto la propria storia di vita influenza la relazione con l'altro?

Quanto è difficile vedere il tuo disagio?

Quanto è difficile accettare che sia parte di una mia responsabilità?

Quanto mi spaventa il tuo disagio?

Quanto mi coinvolge, quanto non sono capace a gestirlo, quanto mi sento incapace, quanto vorrei che qualcuno mi dicesse cosa fare?

Tante domande che sono emerse nel corso dei gruppi terapeutici familiari e che lasciano spazio a riflessioni grandi, dove gli elementi comune sono la sofferenza, il disagio, il silenzio, la so-

litudine, la paura, il giudizio. Abbiamo scelto di farvi conoscere una storia raccontata da una ragazza in comunità:

"V. vive con la sua famiglia in un paesino sulle colline. Sua madre non stava molto bene, suo padre è molto taciturno. Lei non si sentiva capita, viveva nell'ombra, sempre a testa bassa, come se la vita le scivolasse addosso. Non si sentiva a suo agio con i suoi genitori, lei aveva pensieri strani, quasi folli direbbe, ossessioni che sfociarono in un chiedere aiuto malato, quasi buttandosi dal balcone. Fu successivamente ricoverata dove tutto quello che aveva dentro venne fuori attraverso dei gruppi terapeutici in cui veniva chiesto ad ognuno la stessa frase: come stai? Si affrontava il discorso che a casa non si affrontava mai...il percorso è lungo e tortuoso, ma grazie alle proprie forze riuscì ad affrontare tutto."

Vanessa, Luca e Giulia

Il come stai non è sempre sufficiente, è necessario parlare di cosa è successo e di come si può cambiare.

Questa riflessione è quella che guida l'intervento degli operatori durante il percorso con i ragazzi, dove ad ogni domanda si lascia il permesso di viverla in uno spazio protetto e in un tempo strutturato, presupposti per quella che viene definita 'recovery'. ■

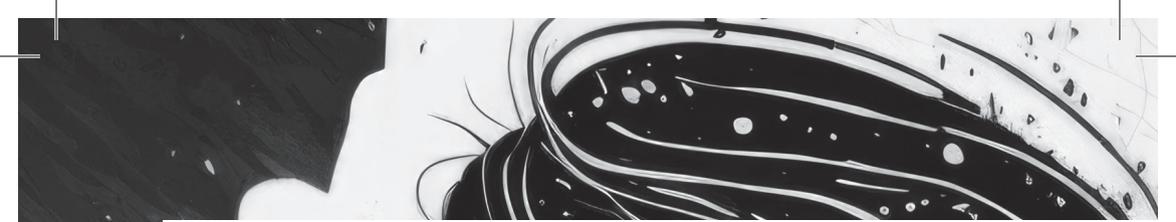


La mia
battaglia
contro
la depressione

di MARGHERITA DESIRÈ FORLANO*



studentessa



Personalmente ho portato e sto portando avanti una lotta contro la depressione e i disturbi dell'umore. La maggior parte delle persone affette da questi "disturbi" ha paura di parlarne o di chiedere aiuto, in quanto la maggior parte delle volte ci si sente messi all'angolo, e quindi si lasciano andare a loro stessi, pensando di essere un fallimento, o che non vale la pena di chiedere aiuto perché ci si sente inferiore al resto del mondo. C'è però chi riesce a chiedere aiuto, avendo un coraggio mostruoso e una voglia di cambiare disumana, in quanto ci si mette in gioco e si pongono i propri mostri a carte scoperte su un tavolo con davanti a sé una persona competente, la maggior parte delle volte un completo estraneo.

La maggior parte di coloro che soffrono di questi disturbi sono proprio gli adolescenti, e sono coloro che devono essere aiutati maggiormente, non sapendo chiedere aiuto in modo adeguato,

mi sono ritrovata più e più volte a cambiamenti

o non facendolo in tempo. Alcuni sono arrivati a togliersi la vita, ma altri si chiudono nel proprio mondo, o nella propria stanza, e si lasciano andare pian piano. Il divario generazionale è un'arma a doppio taglio, in quanto gli adulti tendono a sminuire i propri figli con frasi tipo *"non sono questi i problemi della vita"*, *"quando diventerai più grande capirai cosa vuol dire soffrire"*, *"smettiti di stare in camera ed esci con qualcuno"* e altre ancora, anche più gravi. I ragazzi hanno bisogno di comprensione, e se questa non arriva prima dalla famiglia, non avranno mai il coraggio di chiedere effettivamente l'aiuto di cui necessitano.



Un altro luogo dove si dovrebbe fare più educazione alle emozioni e più prevenzione sulle malattie mentali è la scuola, che molto spesso lascia i ragazzi soli a loro stessi, soprattutto nella fascia adolescenziale, dove i ragazzi avrebbero bisogno di sentirsi capiti, non abbandonati o umiliati per aver mostrato le proprie fragilità ed emozioni.

Il giovane con disturbi dell'umore, ansia e depressione ha una grande paura del futuro, ma anche il presente genera in lui un forte senso di spaesamento, che lo porta a cambiamenti repentini, ad allontanarsi dalle persone che lui ritiene importanti per se stesso. In base alla mia esperienza personale, mi sono ritrovata più e più volte a cambiamenti di umore costanti, dalla risata alla voglia di piangere dovunque io sia. È come se un'ombra di negatività ti si avvinghi addosso, non ti lascia respirare. Questo ovviamente porta la persona ad allontanarsi dalle proprie

di umore costanti, dalla risata alla voglia di piangere

cerchie familiari e sociali, soprattutto dal gruppo dei pari, che non capendo la situazione, per superficialità o altro, tendono ad "andare via", lasciando l'altro allo sbaraglio, e chi è più debole decide di compiere anche gesti più estremi come l'autolesionismo o il suicidio.

Nella mia personale esperienza ho vissuto momenti di buio totale, in cui mi ero completamente abbandonata a me stessa, non uscivo con i miei amici e mi limitavo ad andare a scuola, passando poi la maggior parte del mio tempo in casa e con le

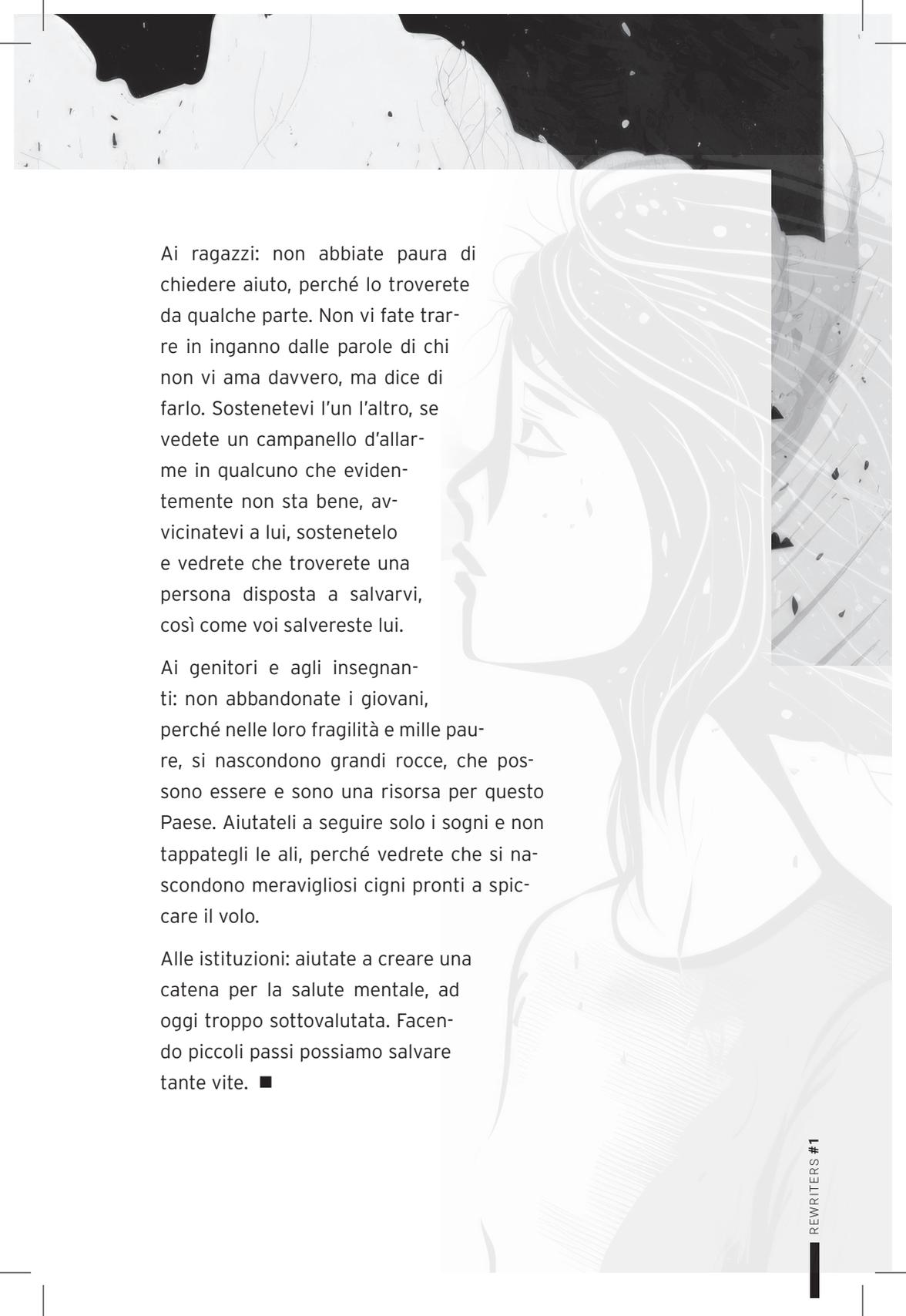


cuffiette nelle orecchie, che per alcuni sono la rovina degli adolescenti, ma in realtà la musica ha il potere terapeutico che a volte neanche i migliori dottori possono offrire ad essi. All'inizio avevo pensieri davvero brutti, ho pensato più volte di compiere un gesto estremo, ma all'improvviso, ho visto la luce nel tunnel, che è stato proprio il suicidio di una persona che per me era diventata il centro del mondo, colui che reputavo il fratello maggiore che non ho mai avuto. E da lì, mi sono messa a riflettere su chi volessi diventare, su cosa volevo essere e sul lavoro che avrei potuto intraprendere su di me e sui miei coetanei che passano o hanno passato quello che ho passato io. E quindi ho iniziato un percorso da una psicologa, in cui mi limitavo a raccontare il mio vissuto da autolesionista, in cui raccontavo senza paura del giudizio i miei numerosi incubi

Ad oggi, guardando le mie cicatrici, posso dire di essere fiera di me stessa

notturni, in cui scrivevo quello che mi passava per la testa e che non riuscivo a raccontare a parole. poi all'improvviso, di nuovo il buio: ho smesso la mia terapia anche per via dei pareri esterni che mi reputavano solo una ragazza fragile e che non aveva alcun bisogno di una psicologa.

Ad oggi, guardando le mie cicatrici, posso dire di essere fiera di me stessa, di non aver compiuto quel gesto estremo e che voglio essere d'aiuto alle altre persone, soprattutto di chi non ha avuto o non ha il coraggio di chiedere quell'aiuto di cui ha bisogno.



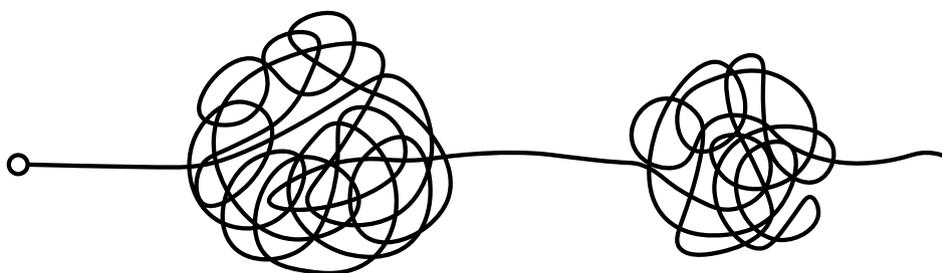
Ai ragazzi: non abbiate paura di chiedere aiuto, perché lo troverete da qualche parte. Non vi fate trarre in inganno dalle parole di chi non vi ama davvero, ma dice di farlo. Sostenetevi l'un l'altro, se vedete un campanello d'allarme in qualcuno che evidentemente non sta bene, avvicinatevi a lui, sostenetelo e vedrete che troverete una persona disposta a salvarvi, così come voi salvereste lui.

Ai genitori e agli insegnanti: non abbandonate i giovani, perché nelle loro fragilità e mille paure, si nascondono grandi rocce, che possono essere e sono una risorsa per questo Paese. Aiutateli a seguire solo i sogni e non tappategli le ali, perché vedrete che si nascondono meravigliosi cigni pronti a spiccare il volo.

Alle istituzioni: aiutate a creare una catena per la salute mentale, ad oggi troppo sottovalutata. Facendo piccoli passi possiamo salvare tante vite. ■

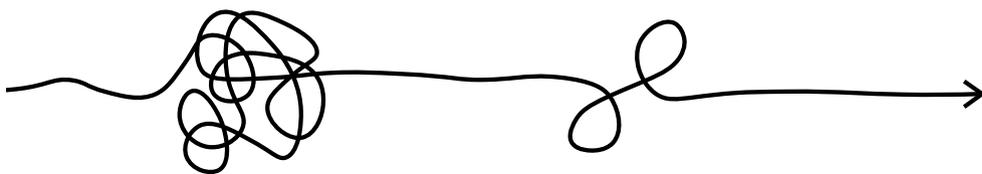
Una pubblicazione

di **EUGENIA ROMANELLI**



È grazie all'incontro con Tiziana Mele e Carola Salvato se oggi, tra i 16 punti del *Manifesto etico* del movimento culturale nazionale nato intorno al progetto *rewriters.it*, editore di questa pubblicazione, compare la salute mentale e il nostro impegno a combattere lo stigma ad esso legato. Sicuramente, occupandoci di riscrittura dell'immaginario contemporaneo, ossia di costruire nuovi role-model capaci di rappresentare o ispirare le nuove generazioni avendo a cuore le grandi urgenze dell'oggi, contrastare stigma, stereotipi, pregiudizi, paura e ignoranza su temi complessi e delicati come quello di cui stiamo parlando in questo mag-book, sono rimasta sedotta dal tema proposto da Mele e Salvato.

necessaria



Questa pubblicazione, infatti, è uno dei punti di match nella relazione virtuosa tra un Manifesto etico promosso da una Associazione culturale che ho l'onore di presiedere, una testata giornalistica digitale, rewriters.it, una giovane donna a capo di una grande azienda come Lundbeck, impegnata in un ambizioso progetto nazionale di sostenibilità sociale, e una donna tra le più importanti manager italiane, che guida con spirito etico e di innovazione una società di consulenza internazionale dello spessore di Havas Life. Insieme, abbiamo messo a terra questo mag-book, metà magazine e metà libro, per raccontare ai ragazzi e alle ragazze delle scuole, ma anche alla società civile, alle organizzazioni, alla classe dirigente che volessero coinvol-

gersi su questo tema, la grande avventura di un film destinato a trasformare per sempre il punto di vista degli spettatori sul tema della salute mentale.

Un cortometraggio di grande successo prima, e adesso una pubblicazione avvincente, per battere dunque sul ferro caldo e, senza sosta, con determinazione ostinata e appassionata militanza, con l'ispirazione necessaria al motore del cambiamento sociale, affermare l'importanza di una nuova cultura della salute: non ci può essere infatti salute senza la salute mentale.

Un percorso, questo, urgente e necessario, vista l'emergenza che gli autori e le autrici di questo piccolo volume hanno ricordato a chiare lettere. Un percorso che ha bisogno di tutti gli attori sociali, dalla famiglia alla politica, dalla scuola a medici e pediatri, da psicoterapeuti, psicologi e psichiatri, fino ai media, alla stampa, ai giornalisti, a influencer, ambassadors e testimonial. C'è bisogno di sapere, capire, ascoltare, conoscere. C'è bisogno di tutele e regolamentazioni. C'è bisogno di corsi di formazione, di buona informazione. E anche di nuove narrazioni. Per prima cosa, infatti, dal mio punto di vista occorre lavorare sull'immaginario: costruire un nuovo modo di pensare alla malattia mentale, scollandolo dalla vergogna o dal senso di colpa. Ma anche dalla rassegnazione o dalla ferita narcisistica.

Lo stigma, infatti, rappresenta **una dimensione di sofferenza che si va ad aggiungere all'esperienza di malattia mentale** e che ha importanti ripercussioni sul funzionamento sociale delle persone. Possiamo parlare in questo senso di *seconda malattia* perché **le persone con problemi di salute mentale subiscono una doppia sfida**: devono confrontarsi con le conseguenze dirette della propria patologia, a volte anche in termini di disabilità, ma anche reagire a discriminazioni e esclusioni dal proprio ambiente sociale di riferimento. Stigma che per altro ostacola



perfino l'accesso alle cure: un terzo dei pazienti con disturbi non si rivolge a uno specialista per paura di essere etichettato come "pazzo" e, anzi, cerca di nascondere il suo disagio e la stessa cosa fanno i familiari, rinforzando quindi **l'angoscia di essere allontanati (per non parlare dell'autostigma: le persone ammalate introiettano** il pregiudizio secondo il quale chi soffre di disturbi mentali vale meno degli altri).

Trasformare tutto questo, però, si può: lo dimostrano Tiziana Mele e Carola Salvato. Lo dimostra il cortometraggio presentato in questo mag-book. Lo dimostrano le parole che abbiamo letto fin qui e i lavori degli autori e delle autrici che hanno scritto queste pagine: si può creare consapevolezza come antidoto allo stigma, che è "solo" frutto di ignoranza. E diffondere questa consapevolezza tra i più giovani ma anche tra le loro famiglie, tra i professori a scuola, tra i professionisti sanitari. Perché i pregiudizi sono ovunque, a qualsiasi livello della società. Sono trasversali e democratici.

Io stessa voglio essere ambasciatrice del tema, mettendoci la faccia, oltre al giornale che edito o al festival che dirigo (ReWriters fest., primo festival italiano sulla sostenibilità sociale): se i miei genitori avessero "saputo", non mi avrebbero spedita in psicoterapia a 19 anni perché mi ero innamorata di una donna; se io avessi "saputo", non mi sarei consegnata a uno psicoanalista, credendomi colpevolmente pigra e incapace, invece che depressa; se lo psicoanalista avesse "saputo", mi avrebbe diagnosticato quella depressione in tempi utili e curata con i farmaci necessari. Conoscere, sapere, essere consapevoli permette di non fare confusione tra realtà e credenza e, quindi, essere capaci di tirare fuori risorse e competenze adeguate per affrontare eventuali ostacoli che ci trovassimo di fronte durante il tortuoso cammino della vita. ■

Team ReWriters digitale:

Direttrice Responsabile:
Eugenia Romanelli
Condirettrice: Vera Risi
Copertina: Fabio Lovino,
Guido Fuà, Azzurra Primavera,
Angelo Cricchi, Ginevra Diletta
Tonini Masella (and crew)
Web Master: KlinWeb Agency
Digital Manager:
Alessandro Vivona
Fake News Hunter: @fobia82

Team ReWriters Mag-book:

Responsabile Editoriale:
Eugenia Romanelli
Copertina: Sten Lex,
Lucamaleonte, emi.artes, Zeno
Pax, Nais, Asiel, Norberto Ker
Art Core, Fabio Magnasciutti,
ivan, Federico Pace,
Ginevra Diletta Tonini Masella
Stampa e spedizione:
The Factory Paper

Team Art Gallery:

Founder: Eugenia Romanelli
Curatori: Luca Beatrice,
Rory Cappelli
*Giuria sezione fotografia (2021
e 2022: Letizia Battaglia):*
Paolo Woods
Giuria sezione illustrazione:
Vauro

Team Daily Pic:

*Responsabile della
Fotografia:* Luisa Briganti,
direttrice CSF Adams
*Giuria (2021 e 2022: Letizia
Battaglia) Paolo Woods*
Partner: Crumb Gallery -
Women in arts

Team La vignetta del giorno:

Responsabile:
Ginevra Diletta Tonini Masella,
in collaborazione con Fabio
Magnasciutti
Giuria: Vauro
Partner: Officina B5 scuola
di Illustrazione

**Team Comunicazione e
marketing:**

*Project manager, audience
development e ufficio stampa:*
Cristiana Scoppa
Event Management:
Double Studio
Social Media Management:
consulenza di Giovanni
Prattichizzo
Digital marketing:
Alessandro Vivona
Telegram Manager:
Eugenia Romanelli
Spotify Playlister:
Lorenzo Tiezzi feat. Nu-Zone

Comitato scientifico

*Il compito del Comitato
Scientifico è verificare la
coerenza tra il Manifesto
ReWriters e i contenuti
che vengono distribuiti
dalla nostra testata
giornalistica digitale e dai
nostri mag-book mensili*

Luisella Battaglia
Antonella Bundu
Tiziana Catarci
Gianluca Felicetti
Riccardo Magi
Roberto Marchesini
Giovanna Melandri
Lidia Ravera
Niccolò Rinaldi
Luca Trapanese

**Comitato Scientifico
del Manifesto**

*I singoli componenti hanno
il compito di esprimere pareri,
non vincolanti, sulle proposte
di modifica del Manifesto e, in
particolare, sulla rispondenza
delle eventuali modifiche con i
principi ispiratori del Manifesto*

Luisella Battaglia
Tiziana Catarci
Paola Di Nicola
Gianluca Felicetti
Fridays For Future
Roberto Marchesini
Vincenzo Miri
Giorgia Ortu La Barbera
Silvia Peppoloni
Lidia Ravera
Massimo Recalcati
Red Fryk Hey

ReWriters Magazine



Questo piccolo libro tra le tue mani, godibile come una rivista, è un farmaco, nel senso greco del termine, ossia un *rimedio*. Quel rimedio che trasforma il veleno in medicina, restando nel regno dell'etimologia. Leggendo queste pagine, infatti, si partecipa di una verità profonda, che ha a che fare con l'esperienza, e che rivela quanto *guardare* la sofferenza (senza girarsi dall'altra parte), nominarla, significa innescare il processo di guarigione: che comincia proprio con il gesto potente del prendersi cura. Grazie alla sapiente curatela del prof. Sergio De Filippis, Psichiatra, Direttore Sanitario e Scientifico della clinica neuropsichiatrica Villa Von Siebenthal, a Genzano di Roma, e Docente di Psichiatria delle Dipendenze, presso Sapienza Università di Roma, tra disegni e parole si ripercorre il progetto che ha messo insieme tante competenze diverse e tante persone diverse per creare il cortometraggio "Mi vedete?", presentato al Giffoni Film Festival. Un viaggio che continua in questa pubblicazione, grazie alla collaborazione tra Lundbeck Italia, Havas Life e ReWriters.it, tre organizzazioni impegnate sul tema dei giovani e del contrasto allo stigma sulla salute mentale, insieme a Giffoni Innovation Hub. Le voci di attrici, registi, psichiatri, sceneggiatori, influencer, dirigenti scolastici, giornalisti, medici, autori, scrittrici, manager, studentesse creano un colorato caleidoscopio che racconta l'urgenza di parlare di salute mentale nell'unica ampiezza possibile che è quella della molteplicità, consapevoli che "Un punto di vista è solo la vista da un punto" (Manifesto ReWriters).

A cura di **Sergio de Filippis**

Art Direction **Laura Marinelli**

Powered by ReWorld (www.re-world.it)

Copertina tratta dall'opera di **Marco Lodola "Mi vedete?"**
realizzata appositamente per questo progetto
(collezione della ReWriters Web Art Gallery - www.rewriters.it)



Anno 4 | n.1 | Maggio 2023

Rewriters

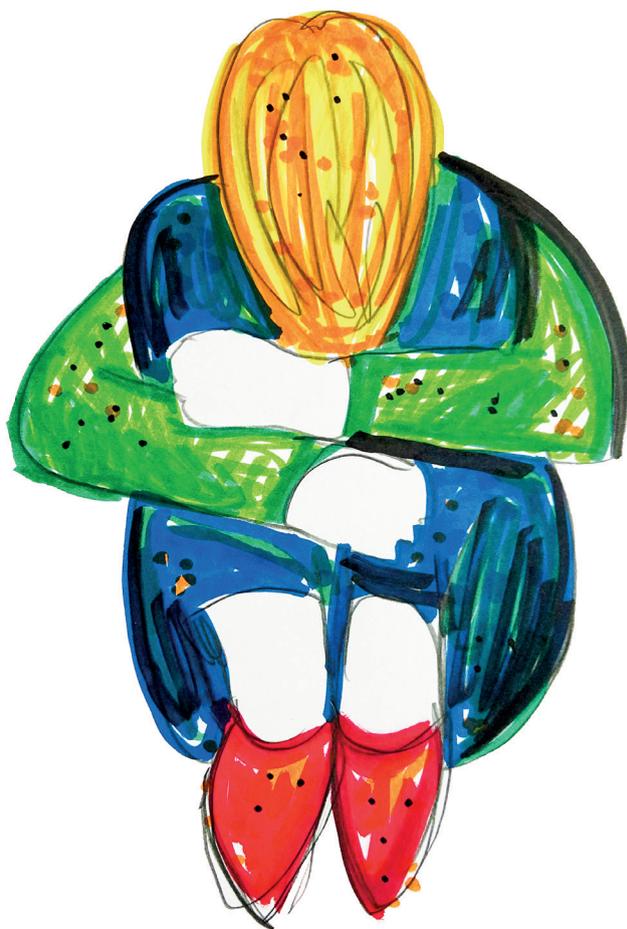
Mi vedete? Rendere visibile l'invisibile

REWRITERS

RISCRIVIAMO L'IMMAGINARIO CONTEMPORANEO

Powered by ReWorld SRL

mi vedete?



RENDERE VISIBILE L'INVISIBILE