

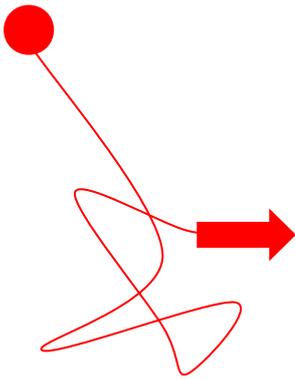
PERCHE' REALIZZARE UN PROGETTO DI RIABILITAZIONE PSICHIATRICA CON LA BARCA A VELA ?

Riabilitazione è: l'utilizzo dei fattori terapeutici di gruppo

Il piccolo gruppo rappresenta la nuova frontiera della riabilitazione psichiatrica. L'insieme di 6/8 soggetti uniti per la condivisione di un obiettivo attraverso l'identificazione di ruoli e funzioni consentono lo sviluppo di specifici elementi terapeutici gruppali utili al singolo partecipante e al conseguimento di risultati positivi di gruppo. I fattori in gioco di appartenenza e coesione di gruppo, apprendimento interpersonale, comportamento imitativo, altruismo...sono contributi fondamentali al progetto di cura del giovane paziente. Egli scopre nella convivenza con i pari non solo il piacere della trasgressione ma anche le potenzialità del funzionamento organizzato di gruppo.

Vela è: essere un equipaggio

Navigare a vela non è solamente spostarsi sull'acqua grazie ad un apparato galleggiante, ma si basa sulla disciplina di un gruppo di uomini affiatati tra loro. L'equipaggio dell'imbarcazione è un insieme di uomini che lavorano in perfetta armonia e sintonia con gli eventi, attenti agli stimoli per cercare di raccogliere ogni segnale importante della barca e del mare, pronti all'azione sincronica per governare la barca sulla rotta desiderata.

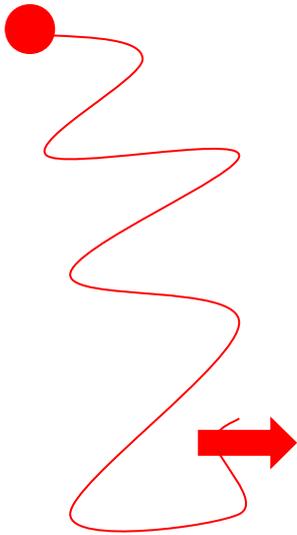


Riabilitazione è: favorire l'unità corpo-mente

La patologia psichiatrica divide l'uomo in parti separate tra loro. La nuova distanza tra mente e corpo compromette il funzionamento psicosociorelazionale con l'isolamento e l'annullamento di distretti e funzioni di una unità armonica indispensabile alla vita normale. La riabilitazione deve attivare o recuperare gli aspetti fisici e fisiologici, gli elementi cognitivi in continuo sviluppo degli adolescenti e cercare di favorire una crescita sintonica tra soma e psiche, tra loro in continuo equilibrio dinamico per il raggiungimento di una posizione di salute ed adulta.

Vela è: cervello e braccia sempre pronti

In barca a vela la navigazione si concentra sull'uomo, mancano infatti servomeccanismi e sofisticate apparecchiature elettroniche capaci di sostituire la mente in ogni condizione. Il velista non deve solo programmare le proprie azioni con quelle dei compagni, ma è continuamente sottoposto a situazioni di navigazione dove pensare e agire procedono all'unisono: governare il timone sotto raffica improvvisa e contemporaneamente cazzare una scotta, significa agire su timone e cime, ma pure pensare e prevedere la reazione della barca e dell'equipaggio.



Riabilitazione è: azione orientata al compito

La riabilitazione psichica ha bisogno di campi operativi in cui il pensiero possa manifestarsi in azione e l'agire possa sostenere e rinforzare un pensiero. Il fare riabilitativo con il supporto dell'operatore consente l'esercizio basilare per il recupero, il consolidamento o la scoperta di abilità e competenze del paziente per il sostegno delle funzioni dell'Io. Le attività finalizzate all'esecuzione di procedure e alla realizzazione di comportamenti organizzati consentono, se eseguite e completate con successo, di accrescere positivamente la percezione di sé migliorando l'autostima dell'individuo. I compiti corretti e ripetuti favoriscono nel tempo la nascita di una maggiore motivazione spontanea all'azione verso ambiti di interesse più personali e vicini alle reali potenzialità del giovane.

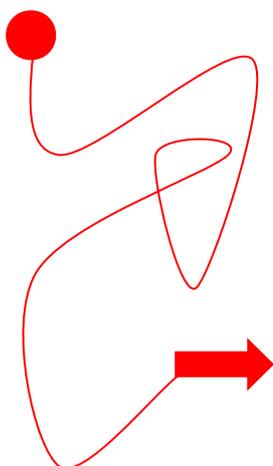
Vela è: competenza operativa a bordo

Andare a vela è un traguardo affidato all'equipaggio:

dalla semplice ma necessaria manutenzione e preparazione del mezzo, alle manovre più impegnative in acque libere.

I compiti di ogni velista, sia esso timoniere, prodiere o trapezista, devono essere eseguiti correttamente, essi devono conoscere i processi e le progressioni di manovra, attenti nel rispetto delle regole di tecnica di conduzione.

Nelle virate il timoniere agisce sulla barra mentre il randista regola adeguatamente la tensione delle scotte e il trapezista controlla lo sbandamento dell'imbarcazione. Ognuno ha il proprio compito e responsabilità in ogni manovra di governo dell'imbarcazione a vela.

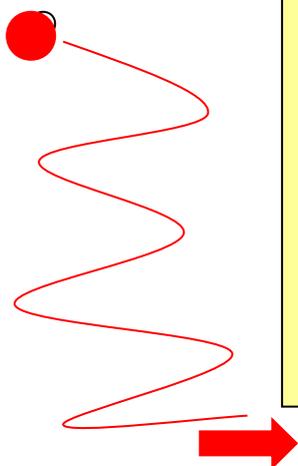


Riabilitazione è: riconoscere e sperimentare vissuti emotivi

Gli adolescenti scelgono di vivere esperienze emozionanti in situazioni ad alto rischio e spesso con la complicità dei pari. Una attività riabilitativa può essere uno stare insieme molto stimolante e tuttavia protetto dalla condivisione con gli operatori. Essa raccoglie il bisogno dei giovani di sperimentare la loro curiosità, la loro voglia e paura di provare, il desiderio di intensità più che di contenuto, trasformando l'attività in una palestra emotiva per la percezione, il riconoscimento e l'eventuale apprendimento di maggior controllo dei fenomeni emotivi.

Vela è: immergersi nelle emozioni

Navigare a vela è navigare nelle emozioni, ogni velista è attratto dalle innumerevoli sensazioni che offre la barca nel vento. Nel pozzetto come a prua si viene coinvolti da sensazioni e stati d'animo penetranti che toccano ognuno degli uomini dell'equipaggio. Non solo calma e tepore del sole. La riuscita di una manovra è la gioia di tutti perché tutti vi partecipano con passione e coinvolgimento. Poi l'improvvisa raffica di vento che rischia di scuffiare la barca trasmette ai naviganti sensazioni di instabilità, timore ed eccitamento si susseguono, distanti dal loro pieno controllo della mente ma mai così vicini all'essenza della natura umana dell'esperienza.



Riabilitazione è: saper comunicare con le altre persone

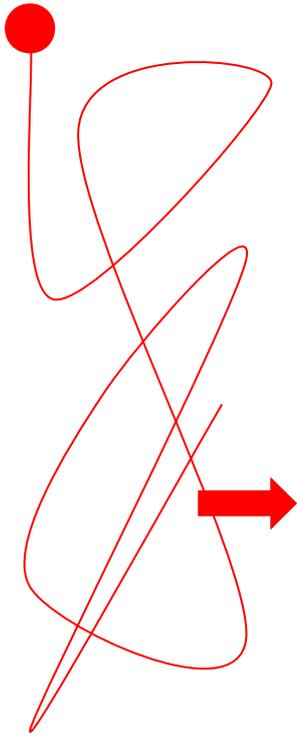
Conoscersi senza la possibilità di farsi conoscere significa raggiungere a metà l'obiettivo riabilitativo. Stare con altre persone in modo corretto si basa anche sulla capacità di comunicare bene a livello verbale e non-verbale. Saper ascoltare e comprendere, così come esprimersi e riuscire a manifestare verbalmente il proprio pensiero sono funzioni centrali di ogni processo riabilitativo finalizzato alla cura soprattutto per quei giovani coinvolti patologicamente in drammatiche forme di ritiro sociale e di isolamento.

Vela è: comunicare per poter navigare

In barca comunicare rimane essenziale, il continuo e coordinato agire degli uomini impone ininterrotti comandi e feedback di azione. Chiamare una manovra significa avvertire l'equipaggio tutto delle intenzioni del timoniere, significa rendere partecipe ognuno di ciò che avviene, ed è indispensabile, poiché solo quando tutti si coordinano in una sequenza ordinata di gesti la barca vola sull'acqua.

La voce rimane il mezzo ideale, le mani sono occupate quasi in ogni istante dalle scotte, spesso ognuno deve osservare attentamente in direzioni diverse per controllare le vele e lo sbandamento dello scafo.

Quando il timoniere impartisce un ordine di virata chiamandolo a gran voce non inizia la manovra finché il suo equipaggio in coro non risponde che tutto è pronto.



Riabilitazione è: essere in contatto adeguatamente con l'ambiente circostante

L'ambiente comunica sempre con la persona. Ogni contesto naturale o artificiale esercita una pressione sull'individuo inducendo sensazioni e stati d'animo interni. La riabilitazione raccoglie il contributo dell'ambiente e lo promuove a sostegno determinante dell'azione terapeutica specifica. Un ambiente ricco di stimoli, pulito e netto nei suoi elementi caratterizzanti, è la cornice ideale per il recupero delle persone che hanno compromesso il contatto con il mondo reale e vivono soltanto un mondo interno caotico ed angosciante.

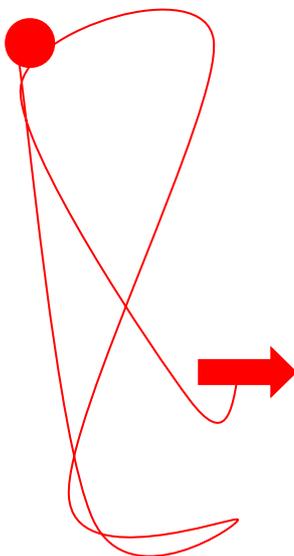
Vela è: convivere con la natura

La visione del mondo da una barca a vela in navigazione è completamente nuova, si entra nel paesaggio dei sogni di tutti, si vive una favola. Il fischio del vento e l'eco dei comandi ripetuti dal timoniere e dal suo equipaggio è tutto ciò che si sente intorno.

Gli elementi naturali e l'uomo si compenetrano: una semplice pioggerella, un tramonto, una raffica, il sole negli occhi, se in città sono diventati un fastidio, in barca ci pervadono di energia, ci spingono avanti dimenticando casa.

Capiamo per quale motivo la dimora di alcuni navigatori diventi una scatola nell'oceano, un sughero sull'acqua sterminata senza limiti e senza confini.

Conoscere l'acqua, il vento e i loro equilibri significa imparare a rispettarli, significa comprendere i processi con cui la natura si conserva e capire come l'uomo possa interagire con i suoi elementi.



PROGETTO "RIVELAZIONE"

La Vela e la riabilitazione psichiatrica ISTITUTO SORELLE DELLA MISERICORDIA
OSPEDALE "VILLA S. GIULIANA" per la riabilitazione psico-sociale
37128 VERONA – via S. Giuliana, 3 Tel: 045/912999 Fax:045/913256 - e-mail: ospedale@ospedalesantagiuliana.it



RIVELAZIONE

La Vela e la riabilitazione psichiatrica.

L'incontro di EST GARDA – VELA ETICA con il CENTRO DIURNO GIOVANI rappresenta il risultato della ricerca continua di progetti riabilitativi per giovani adolescenti con problemi psichici. Il CDG è una struttura terapeutico-riabilitativa definibile come uno spazio intermedio generatore di opportunità di incontro tra paziente ed operatore. Infatti il programma del Centro è un susseguirsi di offerte relazionali dislocate dentro e all'esterno della struttura in cui il paziente diviene visibile e manifesta il suo funzionamento intrapsichico in una cornice di lettura dei significati depositata nell'organizzazione meticolosa di ogni iniziativa e nella presenza attenta degli operatori del Centro a stretto contatto con i pazienti. Riconoscere il CDG non tanto nella struttura muraria quanto nella preziosa funzione terapeutica significa poter estendere le qualità riabilitative insite nella capacità progettuale/organizzativa e nel gruppo di lavoro alle ambientazioni più differenti e più consone al mondo e agli interessi dei giovani.

Negli ultimi anni accanto ad una attenzione importante dedicata alla *parola* è maturata l'esperienza positiva di un *fare* riabilitativo altrettanto determinante nella cura dei pazienti, soprattutto adolescenti impossibilitati nel percorso di una classica psicoterapia individuale. L'agire terapeutico con i giovani pazienti attraverso attività gruppali specifiche è diventato in poco tempo un elemento fondamentale per il mantenimento di una alleanza di lavoro, in particolar modo attraverso iniziative collocate all'esterno del Centro calate nei contesti più adatti alla tipologia di attività scelta. Per

questo motivo affinché l'esperienza teatrale possa essere utile medium per la clinica è necessario essere su di un palcoscenico vero, con quinte e platea; affinché l'attività sportiva possa essere anche riabilitativa in senso psichiatrico è indispensabile aver una reale palestra attrezzata. Seguendo questo indirizzo gli scenari di cura sono andati moltiplicandosi negli spazi disponibili della città e del suo territorio circostante, dal campo CONI alle aree verdi, dalla sala teatrale cittadina alle strutture espositive e siti museali. E in particolare sono diventate rilevanti quelle ambientazioni che consentono ai ragazzi l'espressione di frammenti di identità soprattutto attraverso il coinvolgimento in ruoli e situazioni di storie emozionanti da vivere e raccontare, a se stessi e agli altri.

Da tutto questo è nato il desiderio di realizzare una nuova attività riabilitativa per giovani e selezionati pazienti che utilizzi l'esperienza della navigazione in barca a vela. Navigare in gruppo con la vela riunisce in una unica formula tutti gli elementi indispensabili di cui la riabilitazione psichiatrica attuale ha bisogno per esprimersi: il gruppo guidato, l'unità mente-corpo, il lavoro sul compito, l'intensità emotiva condivisa, l'ambientazione naturale.

METODOLOGIA

L'intervento viene realizzato nella stagione primavera/estate per una durata complessiva di otto mesi (febbraio-settembre 2003) per poter utilizzare le migliori condizioni atmosferiche per la navigazione a vela. Il percorso si sviluppa in lezioni pomeridiane di circa due ore ciascuna, concentrate nel primo pomeriggio quando il vento sul Garda è notoriamente più sostenuto.

Una prima fase di contatto, verrà gestita presentando ai pazienti la disciplina in aula con del materiale audiovisivo e attrezzature nautiche portate dalle barche.

Una bussola, una vela, un giubbotto salvagente, una scotta e anche una carta nautica del Lago di Garda serviranno ad introdurre gli allievi all'esperienza vera e propria.

Gli incontri seguenti saranno strutturati in modo più interattivo, in modo da coinvolgere maggiormente i ragazzi. Il gruppo verrà portato subito a bordo, per trattare della nomenclatura in vivo, e lasciare progressivamente sempre più spazio alla tecnica di conduzione in acqua e alle sensazioni in navigazione.

Il porto di Torri del Benaco (Vr) sarà la base di imbarco.

In assistenza all'imbarcazione un gommone a motore con un istruttore seguirà l'ASSO 99 in navigazione a vela fino allo sbarco del suo equipaggio.

La rotta, le manovre, i giochi di ruolo da sperimentare, verranno di volta in volta pianificati a seconda delle condizioni meteo per una sicura esperienza e in stretta relazione alla composizione del gruppo di ragazzi partecipanti.

Nel caso in cui l'iniziativa consenta, nell'ultima parte del percorso, la nascita e il consolidamento di un efficace gruppo di lavoro finalizzato alla conduzione della barca a vela (un vero equipaggio) è prevista la partecipazione a manifestazioni o regate da disputare con altri equipaggi sul lago di Garda.

ASSO 99

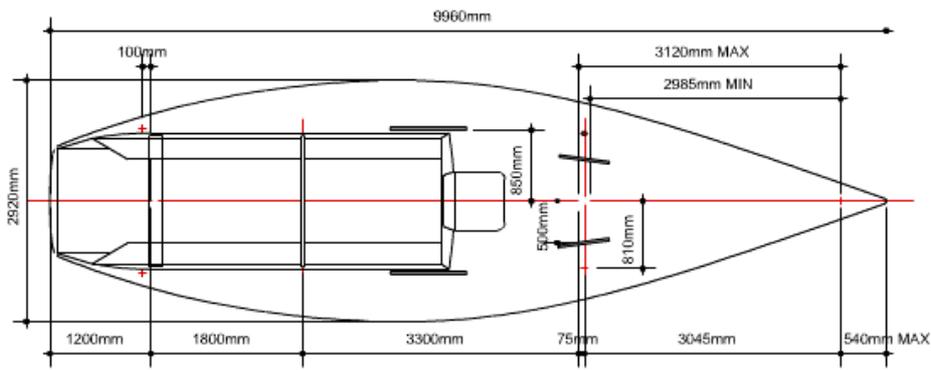
L'ASSO 99 è una barca unica nel suo genere ed è scelta per la scuola e le competizioni insieme.

Il progettista, Ettore Santarelli, gardesano, ha dato vita ad una barca di 10 metri ad alte prestazioni che pesa come una di sei, un'imbarcazione di grandi dimensioni che abbisogna di un equipaggio dinamico e affiatato per essere condotta a dovere. Oltre cento metri quadri di vele che vengono manovrate a forza di braccia, e che necessitano dell'equipaggio anche fuori bordo per bilanciare la forza del vento.

Questa barca da sensazioni ed emozioni uniche, la percezione di timonare una piccola deriva che reagisce in modo molto sensibile ad ogni alito di vento, l'ingombro di una grande barca e di un equipaggio numeroso per prepararci all'esperienza della vera navigazione.

In questo senso riteniamo questa classe di barche, unica e insostituibile, e, sotto il profilo tecnico, la più adatta ad essere utilizzata a scopo didattico e riabilitativo.

Lunghezza ft	9,96 m
Larghezza	2,92 m
Peso	1000 kg
Pescaggio	1,8 m
Sup velica bolina	60 mtq
Sup velica poppa	120 mtq
Equipaggio regata	6 uomini
Equipaggio crociera	8 uomini



LE QUOTE DI
ASSO 99

