

**SO-STARE NELLE EMOZIONI lungo sentieri poetici**

Autori del poster:

Roberta Ramazzina, Educatore Professionale e Facilitatore laboratori narrativi, S.C. Psichiatria ASL VC – D.I.S.M. ASL VC – BI – VCO  
Camilla Vecchi, MD, S.C. Psichiatria ASL VC – D.I.S.M. ASL VC – BI – VCO  
Luca Tarantola, MD, Direttore S.C. Psichiatria ASL VC – D.I.S.M. ASL VC – BI – VCO

**MOTIVAZIONI**

- Aumentato carico di pazienti con rischio autolesivo e disregolazione emotiva
- Dubbi diagnostici
- Risorse istituzionali limitate

**PARTECIPANTI**

- 6 pazienti, sesso F → Vercelli
- 4 pazienti, sesso F → Borgosesia
- Diagnosi DP, DCA
- Età: 18-32 anni (min-max)

**SETTING**

- 1 conduttore+ 1 operatore partecipante
- 1 incontro alla settimana di circa 2 ore
- sala riunioni CSM Vercelli e Borgosesia.
- Maggio 2023 - in corso

**METODOLOGIA**

- NARRATIVA con utilizzo di stimoli uditivi, visivi, olfattivi, tattili**
- Scrittura riflessiva e creativa
  - Caviardage
  - Poesia collettiva

*Si sentiva pazza,  
stupida, invisibile.  
Facendo sanguinare le  
braccia si senti al  
sicuro.  
La luce svani, era tutto  
tranquillo.  
Odiava la pace, voleva  
il fuoco.*

*Sono solo questo?  
Nessuno sa cosa vuol dire essere me  
Non sono solo un bel viso  
Nessuno credeva che io potessi avere sogni  
e provare emozioni  
Mi sono ridotta a credere di essere  
una fra tante*

*Forti emozioni  
disperatamente  
chiuse dentro me*

*Il rumore di  
centinaia di  
cicatrici riempiva  
la notte  
Ed in lontananza  
il buio ci  
avvolgeva*

*ADesso PARLO IO!*



*Si riguardava  
riconoscendo la  
vecchia  
sofferenza.  
Perseguitata,  
stordita dagli  
incubi e  
lacrime  
Non vedeva  
modo per uscire  
dall'oblio*

**OBIETTIVI**

Favorire l'ascolto di sé

Facilitare l'espressione delle proprie emozioni

Favorire la rielaborazione dei processi metacognitivi e metaemotivi

Stimolare le proprie risorse interne

Focus sul sentire, su ciò che si vive nel momento presente

Ascoltare la propria voce: riconoscere parti di sé e imparare a raccontarsi

Rispecchiamento nel contesto di gruppo

**RISULTATI**

Approfondimento conoscenza dei pazienti

Sviluppo risorse creative ed empatiche emerse durante il gruppo

Fare gruppo e sostenersi a vicenda

CSM non più solo luogo della malattia e della cura farmacologica ma spazio di espressione delle proprie parti sane (miglioramento compliance).

Diventare protagonisti → rafforzare l'autostima.

Condivisione con equipe → maggiore integrazione e empatia tra operatori

Operatori → percorso di scoperta di proprie risorse creative e capacità professionali



Inquadra il QR code e visita il  
nostro sito  
[www.vocieimmagindicura.it](http://www.vocieimmagindicura.it)