

IL CAVALLO E LA TARTARUGA

Ridefinizione metodologica con approccio riabilitativo
orientato alla Mindfulness nelle dipendenze da alcol -
Comunità terapeutica Ai Casarotti - Torrebelvicino (Vi)



A cura di Paolo de' Lutti
con Team terapeutico Comunità ai Casarotti



PAOLO DE' LUTTI
(a cura di)

con Team terapeutico Comunità ai Casarotti

IL CAVALLO E LA TARTARUGA

Ridefinizione metodologica con approccio riabilitativo
orientato alla Mindfulness nelle dipendenze da alcol -
Comunità terapeutica ai Casarotti - Torrebelvicino (Vi)



Copyright © MMXXII
«NeP edizioni Srls» di Roma (RM)
www.nepedizioni.com
info@nepedizioni.com
Via dei Monti Tiburtini 590
00157 Roma (RM)
P. iva 13248681002
Codice fiscale 13248681002
Numero REA 1432587
ISBN 978-88-5500-334-6

I diritti di traduzione, di memorizzazione elettronica,
di riproduzione e di adattamento anche parziale,
con qualsiasi mezzo, sono riservati per tutti i Paesi.

Non sono assolutamente consentite le fotocopie
senza il permesso scritto dell'Editore.

I edizione: marzo 2024

Sommario

Presentazione della Fondazione San Gaetano	7
Un intervento integrato alla sofferenza nelle dipendenze da alcol	11
Il cavallo e la tartaruga	15
Un percorso riabilitativo di tipo residenziale nelle dipendenze	19
Linee guida, strumenti, obiettivi del progetto riabilitativo.....	35
Guida per un buon percorso riabilitativo in Comunità ai Casarotti.....	61
Bibliografia.....	65



Presentazione della Fondazione San Gaetano

La Fondazione San Gaetano è una realtà educativa, terapeutica e riabilitativa del privato sociale che opera nel sistema integrato dei servizi alla persona della Regione Veneto nel settore delle dipendenze, della salute mentale e del disagio minorile accogliendo persone provenienti da tutto il territorio nazionale.

Questa descrizione istituzionale, però, non rende ragione della qualità peculiare che caratterizza la Fondazione, ovvero la sua capacità di mantenere fortemente salda la propria identità e, al tempo stesso, essere in grado di aprirsi ad una costante evoluzione.

Fin dalla sua nascita la Fondazione si è impegnata a mantenere una solida continuità nella risposta al bisogno dei soggetti più fragili attraverso una costante attenzione empatica alla persona, senza mai interrompere le accoglienze e le prese in carico, garantendo alle persone accolte di essere ospitate nelle nostre comunità per riprendere i propri progetti di vita interrotti dalle esperienze traumatiche che hanno vissuto.

L'impegno è costante e l'evoluzione dei progetti nel corso degli anni lo testimonia, mantenendo fede alla Mission dell'opera della Fondazione San Gaetano che nasce alla fine degli anni '70 a Recoaro Terme.

Al giovane cappellano Luigi Magnabosco si deve la capacità di rispondere alla domanda muta dei ragazzi che, in quegli anni, per primi erano caduti nella tossicodipendenza. Questa prima forma di accoglienza nella canonica della chiesa del paese si è strutturata nel tempo come risposta alla domanda emergente dai territori e al fenomeno della dipendenza in continua evoluzione.

Dedizione, accoglienza e professionalità sono il filo che attraversa tutte le storie e le esperienze che seguono a quella prima risposta spontanea e che oggi troviamo nella Fondazione San Gaetano, raccogliendo quel bagaglio umano, esperienziale e professionale che ci permette di allontanarci dal rischio di una pericolosa statica autoreferenzialità per addentrarci in un processo di costante confronto e cambiamento attraverso tutte le nuove iniziative terapeutiche, tutti i nuovi percorsi e le nuove metodologie di intervento. La Fondazione ha sempre cercato di sfruttare gli stimoli e i cambiamenti per addentrarsi in un nuovo modo di intendere la diversità di forme di vita e di pensiero impegnandosi, così, in un autentico e profondo processo di cambiamento. Un processo, questo, che necessariamente si sviluppa e mantiene il suo valore positivo di conquista e di affermazione di certi valori umani per consentire il progressivo affermarsi della vita in tutte le sue manifestazioni.

Progetto No Potus

Il progetto No Potus si propone come progetto di accoglienza e trattamento per persone con problematiche di abuso e dipendenza alcolica, in regime di residenzialità di medio e lungo periodo, presso la comunità "Ai Casarotti" sita nel comune di Torrebelvicino in provincia di Vicenza.

Il punto di partenza sono interventi integrati e personalizzati nel pieno rispetto della sofferenza umana per consentire, attraverso un approccio multidimensionale, di orientare l'intervento riabilitativo per ciascun paziente in base alle sue abilità personali inesprese, perdute o danneggiate.

No Potus vuole interpretare il concetto di benessere individuale, come una ridefinizione del proprio rapporto col

mondo, basandosi su una visione ecologica integrata che poi descriviamo. Per questo sono strutturate specifiche strategie individuali e di gruppo che permettono di stimolare lo sviluppo di adeguate competenze emotive, cognitive, relazionali nel pieno rispetto dell'unicità della persona.

Il Metodo No Potus (poi denominato il cavallo e la tartaruga)

L'uso di alcol e le dipendenze comportamentali danneggiano il benessere individuale generando frammentazioni nell'identità personale ed un'alterazione delle dinamiche relazionali e sociali. Il benessere può essere ricomposto partendo da una visione ecologica individuale e integrata con la dimensione sociale dell'individuo. La visione ecologica va intesa quindi come un rinnovato rapporto tra dimensione interiore (emozioni, aspirazioni, desideri) ed ambiente esterno (relazioni, ruoli, e ambiente naturale). Lo strumento attraverso cui sviluppare una nuova modalità di "essere nel mondo", è il simbolo, inteso come mezzo che amplifica il senso delle azioni quotidiane, e che aiuta a far emergere l'unicità della persona con nuovi confini di senso, significato e appartenenza.

La crisi del microambiente interno (emotivo-cognitivo-comportamentale) diventa stimolo per avviare un cambiamento creativo, basato sulla scelta di abbandonare l'uso di sostanze e permettere lo sviluppo di nuove competenze, compresa quella di un rinnovato legame con l'ambiente naturale.

Punto di partenza è una profonda conoscenza della persona per definire insieme gli obiettivi possibili e orientare l'intervento riabilitativo su una rinnovata attenzione e disciplina mentale da utilizzare in ambito corporeo, mentale,

relazionale. Con intenzionalità e gentilezza per sé stessi.

L'educazione del cuore quindi, come linea guida della relazione terapeutica e riabilitativa.

Perché vicino alle abituali competenze connesse ad un “saper fare”, esistono competenze molto meno utilizzate, connesse ad un “saper essere” e l'integrazione tra le due dimensioni è quella che può ridefinire positivamente qualunque esperienza di vita.

Questo richiede gentilezza, intenzionalità e consapevolezza, requisiti che sono il punto di forza della relazione terapeutica all'interno di questo percorso riabilitativo.

Questi presupposti teorici e umani sono stati il terreno di incontro con il dott. Paolo de' Lutti che ci ha accompagnato, utilizzando anche il metodo della Mindfulness, in un percorso che ha reso ancora più tangibile ed intensa l'esperienza di potersi relazionare con le attività quotidiane secondo una modalità più naturale e consapevole e quindi meno automatica e faticosa. La Mindfulness permette di sviluppare un atteggiamento accogliente, “compassionevole” e gentile, nei confronti della sofferenza e delle difficoltà dei pazienti, ma anche nei confronti delle nostre difficoltà personali, e favorisce inoltre una migliore interazione tra colleghi e operatori. Garanzia per un lavoro sereno.

Dr.ssa Eva Pagano

Responsabile terapeutica
Fondazione San Gaetano- Vicenza

Dr.ssa Rosalie Bariola

Psicologa -Psicoterapeuta
Direzione Comunità Terapeutica ai Casarotti

Un intervento integrato alla sofferenza, nelle dipendenze da alcol

La prima cosa che mi ha colpito all'arrivo nella Comunità ai Casarotti, è stata la bellissima struttura artistica in legno che accoglie i visitatori, come un cartello di benvenuto, ma assai denso di preziosi contenuti. Infatti rappresenta una persona che accoglie ed aiuta a rialzarsi, un'altra persona caduta dinanzi a lui. In basso a destra una bellissima frase di Franco Battiato, e dietro tre diversi pannelli circolari che riportano le parole *Chronos*, *Kairos*, *Aion*, i diversi nomi che i Greci attribuivano al tempo. Che bella cosa, ho pensato, carina, anzi profonda. Ma solo in seguito queste raffigurazioni ed i loro contenuti si sono dispiegati dentro di me con tutta la loro forza e suggestione. Un grande merito alla Direzione della Fondazione San Gaetano che ha proposto questo tema, già come prima immagine che accoglie ogni visitatore, perché in tale messaggio esiste già una Vision, esiste già un modello di riferimento vitale, esiste già una indicazione di incoraggiamento.

Brevemente accenno che *Khronos* rappresenta il tempo cronologico, sequenziale, ed ha una dimensione quantitativa (la durata del percorso residenziale ad esempio) *Kairos* è invece un tempo di mezzo, un momento di un periodo di tempo indeterminato nel quale qualcosa di speciale accade e possiede una dimensione qualitativa, è il momento giusto, l'occasione da non perdere (come si può considerare l'opportunità di un cambiamento profondo a livello personale). E infine *Aion* si può definire come la forza vitale, la durata, l'eternità, il tempo assoluto, e che mi piace avvicinare ad uno dei risultati della pratica della Mindfulness dove tutto può essere messo sullo sfondo, e dove rimane e si vivifica il legame tra la nostra mente e la mente eterna.

Il lavoro presentato descrive il percorso di ridefinizione progettuale e metodologica del programma riabilitativo praticato presso la Comunità terapeutica ai Casarotti di Torrelbelvicino (Vi). La Direzione della Fondazione San Gaetano, ente che da decenni si occupa di interventi socio sanitari nel settore delle dipendenze e della sofferenza psichica, ha voluto avviare una ridefinizione del progetto riabilitativo di residenzialità, precedentemente conosciuto come “No Potus”. Da tempo è in atto in Italia, un diffuso interesse orientato al riaggiornamento ed alla diversificazione delle offerte in ambito di proposte riabilitative e trattamentali nel settore dipendenze.

Tale situazione appare essere in linea con diversi elementi di tipo psico sociale ed anche clinico, dovuti al continuo cambiamento delle modalità di consumo di sostanze psicoattive e di comportamenti compulsivi, ma anche al bisogno di offrire rinnovati e più efficaci strumenti di supporto nel percorso riabilitativo di prevenzione delle ricadute.

Il Team terapeutico della Comunità ai Casarotti, capitanato dalla dottoressa Rosalie Bariola, psicoterapeuta di lunga esperienza, ha saputo creare una interessante alleanza professionale ed umana con lo scrivente dottor Paolo de' Lutti medico e psicoterapeuta, da decenni operativo nel settore Dipendenze, con esperienza ospedaliera e territoriale e insegnante di Mindfulness.

Questo incontro di competenze ha permesso di impostare un progetto di residenzialità terapeutica di tipo innovativo, orientato ad una lettura simbolica delle sofferenze connesse alle dipendenze, associato ad una capacità di accogliere in modo aperto e non giudicante, e con l'intento di poter creare le basi per lo sviluppo di nuove competenze emotive e relazionali.

Le linee guida di tale progetto sono state integrate con le indicazioni derivanti dalla millenaria saggezza correlata alla Mindfulness, o meditazione di consapevolezza, che da alcuni decenni supporta in modo efficace e ampiamente documentato, numerosi modelli di intervento nella riabilitazione per le Dipendenze. È stato un lavoro molto impegnativo, vissuto intensamente anche a causa delle notevoli difficoltà create dalla pandemia di Covid, ma che ha permesso di arricchire la professionalità di tutti gli operatori che si sono avvicinati in questo progetto. Si è voluto impostare questa ridefinizione metodologica per poter offrire alle persone un luogo ed un percorso dove poter scrivere una nuova storia. Una storia di nuove potenzialità e interesse alla vita, cercando di associare la forza istintuale del cavallo, alla lentezza ed alla saggezza della tartaruga, sullo sfondo di una rinnovata e consapevole connessione di tipo personale e di tipo ambientale, base per un rinnovato equilibrio.

E infine voglio sottolineare quanto sia importante oggi, poter avere un approccio alle dipendenze supportato da una visione come proposta da Gabor Matè illustre medico nato a Budapest e canadese di adozione che da decenni lavora in prima linea nel settore dipendenze. In un suo libro leggo: *Le dipendenze nascono dall'amore contrastato, dagli ostacoli alla nostra capacità di amare i bambini nel modo in cui ne hanno bisogno, dagli impedimenti alla nostra capacità di amare noi stessi e gli altri, nei modi di cui tutti abbiamo bisogno. Aprire il nostro cuore è il percorso per guarire dalla dipendenza e aprire la nostra compassione per il dolore che abbiamo dentro e per quello che ci circonda (dal libro: Nel regno degli spiriti famelici, incontri ravvicinati con le dipendenze)*

Paolo de' Lutti

Dottor Paolo de' Lutti, nato nel 1955, trentino, ha lavorato come dirigente del servizio alcologico Ospedale S. Pancrazio ad Arco (Tn) per 14 anni, poi come medico al centro Hands, dipendenze legali a Bolzano, per 24 anni. Master quadriennale in Medicina psicosomatica Istituto RIZA Milano e in Ipnosi clinica e psicoterapia Istituto Bernheim Verona. Mindfulness Teacher e docente in Master di Mindfulness in ambito clinico, spazio Iris Milano. Formatore e consulente per operatori e strutture per le Dipendenze. Autore di: *Metafore terapeutiche e Mindfulness nel trattamento delle dipendenze 2015* (F. Angeli ed) co autore di *Clinica come ascolto - Guerini ED 1995*, Membro del Direttivo centro buddista Kushi Ling-Arco. Già presidente Istituto Italiano Mindfulness. Studio privato di psicoterapia a Riva del Garda. Pratica un approccio MDO, Mindfulness Dharma Oriented che cerca di coniugare esperienza professionale, etica e pratica di Mindfulness nel trattamento della sofferenza.

Team terapeutico della Comunità ai Casarotti:

Rosalie Bariola, psicologa e psicoterapeuta responsabile
Fabio Dalla Vecchia, psicologo e psicoterapeuta
Sonny Raumer, psicologo e psicoterapeuta
Piera Zanetti, psicologa psicoterapeuta
Ferdinando Malitti, case manager
Fabiola Cumerlato, case manager
Gino Casarotto, operatore di CT
Carlo Favaro, operatore di CT
Matilde Stimmatini, operatrice di CT
Chiara Dalla Pozza, operatrice di CT