

INSIEME PER I DISTURBI DEL COMPORTAMENTO ALIMENTARE: ANORESSIA, BULIMIA

CE.SE.DI. in collaborazione con il Centro Mara Selvini.

Il problema dei disturbi del comportamento alimentare sta diventando sempre più importante, diffuso e diversificato, al punto tale da catturare un interesse sempre più ampio dei mezzi di comunicazione, delle istituzioni politiche e delle strutture sanitarie (pubbliche e private).

Sembra sempre più difficile sapersi orientare rispetto ad un fenomeno che è in continuo sviluppo. Infatti oltre ai principali e più conosciuti disturbi: anoressia e bulimia, sono in preoccupante aumento nuove forme di disturbo alimentare come il Binge Eating Disorder (Disturbo da Alimentazione Incontrollata) ed altri.

Com'è noto, questi disturbi hanno in comune un distorto rapporto con il cibo e con il corpo e sono manifestazioni di un forte disagio psichico sottostante.

Diventa quindi fondamentale per i genitori e per gli insegnanti, accompagnare con cura i propri ragazzi lungo il percorso di crescita e di cambiamento, fungendo loro da sostegno e risorsa e prestando attenzione agli eventuali segnali di disagio e di difficoltà.

A questo riguardo, il progetto "Insieme per i disturbi del comportamento alimentare: anoressia, bulimia" si pone l'obiettivo di essere di aiuto ai ragazzi, con lo scopo di renderli consapevoli protagonisti delle loro azioni, accompagnarli nella loro evoluzione verso un'identità adulta, potersi confrontare sulle loro problematiche e difficoltà.

Allo stesso tempo prevede un percorso parallelo con le famiglie e la scuola, proponendo ai genitori e agli insegnanti interessati, la possibilità di partecipare ad un incontro in cui poter: ricevere informazioni e confrontarsi, riguardo a problematiche alimentari dell'età puberale, ricevere ascolto relativo alle difficoltà che s'incontrano nel guidare i propri figli e allievi e ancora ricercare strategie educative funzionali.

DESTINATARI Studenti delle scuole secondarie di secondo grado e delle istituzioni formative.

STRUMENTI

- **Un primo incontro** della durata di 2 ore con la presenza della psicoterapeuta, così strutturato:

Visione di un cortometraggio prodotto dai Centri Mara Selvini (10') e condivisione di emozioni, di pensieri, di dubbi attraverso un brainstorming, al fine di estrapolare alcuni punti focali del problema partendo proprio dalla "lettura" dei ragazzi.

Questo cortometraggio rappresenta uno spaccato di vita e di pensiero di una ragazza anoressica, grazie al testo ed alla regia di una psicoterapeuta /scrittrice (Daniela Fabrizi), all'interpretazione di un'attrice (Francesca Minutoli), e grazie al supporto di un professionista del cinema (Michele Sordillo). La visione del video stimola emozioni, pensieri, domande utili per la riflessione personale e di gruppo.

Dibattito

- **Un secondo incontro** della durata di 2 ore con la presenza della psicoterapeuta e della dietista, così strutturato:

Definizione e descrizione del problema, da un punto di vista psicologico e medico-dietistico attraverso la presentazione di slides, per un momento di riflessione più ristretta nell'ambito di ogni classe, nel quale, attraverso attivazioni di gruppo(giochi di ruolo, sculture, ecc) si intende cogliere il punto di vista e il vissuto dei ragazzi e stimolarli ad individuare strumenti per prevenire e affrontare il disagio.

- **Un terzo incontro** della durata di 1 ora con la presenza della psicoterapeuta e della dietista: rivolto a genitori ed insegnanti, con l'obiettivo di riassumere quanto emerso dal lavoro coi ragazzi. Questo momento ha lo scopo di creare un ponte tra il lavoro coi ragazzi e il contesto familiare e relazionale.

OBIETTIVI

Per i ragazzi:

- fare emergere le rappresentazioni che il gruppo-classe ha rispetto al corpo che cresce e alla funzione alimentare
- costruire uno spazio di discussione e confronto al fine di elaborare delle “soluzioni” alternative all’elevata tendenza ad agire come reazione a un’ansia o a un disagio che non vengono compresi
- fornire delle linee guida rispetto ai temi dell’alimentazione e del corpo finalizzate al mantenimento di un buon equilibrio psicofisico (buona immagine di sé ed autostima)
- ricevere risposte relative ai propri dubbi e domande
- offrire un contesto di ascolto in cui incertezze, paure, ansie e frustrazioni possono trovare contenimento anche attraverso il confronto e il sostegno reciproco
- avere indicazioni rispetto ai percorsi di sostegno e/o cura

Per gli adulti:

- fornire informazioni e linee guida riguardo al processo di crescita nella fase pre ed adolescenziale, in particolare sul ruolo ed il significato che il corpo e il cibo assumono

Per i ragazzi nell’età compresa fra i 13 ed i 18 anni:

- fornire delle linee guida rispetto ai temi dell’alimentazione e del corpo finalizzate al mantenimento di un buon equilibrio
- fornire indicazioni rispetto al precoce rilevamento dei segnali di disagio
- offrire la possibilità di utilizzare uno spazio, all’interno di un gruppo, per la condivisione e il confronto sulle tematiche affettivo/relazionali connesse al rapporto con il cibo in una fase della crescita dei figli (degli allievi) particolarmente difficile e impegnativa per i genitori (per gli insegnanti)
- ricevere risposte relative ai propri dubbi e domande
- avere indicazioni rispetto ai percorsi di sostegno e/o cura

METODOLOGIA

Si utilizzeranno strumenti specifici ed idonei alla situazione, ad esempio: tecniche di gioco, counseling psicologico, Visione video, slides, role-playing, lettura di brani, circle time. Il circle time: momento di discussione in gruppo guidata e a cadenza regolare per favorire i processi di mentalizzazione che rendono pensabili gli stili comportamentali, relazionali e comunicativi che altrimenti verrebbero agiti.

Significa attribuire un significato al tema problema attraverso l’esercizio dell’ascolto di sé e degli altri.

ADESIONI

I docenti interessati sono pregati di far pervenire al referente CE.SE.DI. sottoindicato l’apposita scheda **entro il 16 ottobre 2015**.

COSTI

Costi a carico delle scuole: ciclo di 3 incontri: 200 euro; per più classi appartenenti alla stessa scuola, il terzo incontro potrebbe accorparsi tutti gli adulti e quindi il costo sarebbe: 160 euro per 2 incontri e 40 euro per il 3 incontro.

REFERENTE CE.SE.DI.

Emanuela CELEGHIN

tel. 011.8613691 - fax 011.8614494

e-mail: emanuela.celeghin@cittametropolitana.torino.it

REFERENTI CENTRO SELVINI

Dott.ssa Marlene Rittà Tel 335-7418887

Dott.ssa Laura Visconti

Dott.ssa Francesca De Donà

Centro Mara Sellini

Corso San Maurizio 50, Torino

Tel. 3347642638 www.centrimaraselvini.it - info@centrimaraselvini.it