

Parlare di malattia mentale rimane ancora oggi un argomento molto delicato, perché spaventa. Come risaputo, si ha paura di tutto ciò che non si conosce o si conosce poco.

Il porto

Per raggiungere il porto bisogna navigare senza sosta

ESPERTI TRA PARI (ESP): NUOVE SPERANZE PER LA SALUTE MENTALE

Il percorso di Guarigione (recovery) e la Nascita di un Esperto in Supporto tra Pari

Questo articolo sulla salute mentale è molto diverso dai soliti che narrano di cronache nere o patologie. Qui racconto di valori e pratiche che un buon operatore della salute mentale deve "ogni giorno" mettere in campo, per far sì che i Servizi funzionino al meglio: **il Fare Assieme e gli Esperti in Supporto tra Pari**.

Il mio percorso di "guarigione" per arrivare all'ESP, parte a settembre 2015, dopo un lungo periodo di depressione. Ho iniziato a partecipare ai gruppi di Auto Mutuo Aiuto (AMA, gruppo di persone con disagio che si incontrano alla pari per condividere e confrontarsi su temi personali di vita e di vissuto), su invito della mia psichiatra, per poi arrivare, dopo un corso di formazione, nel tempo, a "facilitare" il gruppo stesso.

Ho cominciato a prendere parte alle iniziative promosse dal Social Point (progetto di inclusione sociale e cittadinanza attiva), dall'associazione Idee in Circolo, di Modena, dai laboratori di Fotografia del Gruppo Fotografico Grandangolo di Carpi. Queste iniziative mi hanno aiutata a prendere consapevolezza della "malattia" e a trasformare le mie difficoltà in risorse. Ho cominciato così lentamente a riprendermi. Ho partecipato a tutte queste iniziative in modo attivo, offrendomi anche come volontaria.

L'importanza del Ruolo degli ESP e le Sfide del COVID

Nel 2018 ho sentito parlare di ESP. Una figura non riconosciuta dal Servizio Sanitario Nazionale, ma molto attiva in regione, che lavora con utenti con lo scopo di favorire una visione positiva al cambiamento e il miglioramento della qualità di vita delle persone. Avendo vissuto in prima persona il disagio psichico noi ESP siamo mediatori credibili nel contribuire e rafforzare il rapporto di fiducia tra utenti e servizi nei percorsi di cura.

Il COVID ha rallentato la mia formazione, che però si è conclusa nel 2021. Ho avuto l'opportunità di iniziare a lavorare come ESP a settembre 2023, all'interno del Centro Diurno di Salute Mentale di Modena, portando la mia esperienza di disagio psichico e ripresa di vita nei Servizi. In questo modo creo un ponte tra il Servizio e le persone che ci arrivano perché il valore della cura è nella persona in sé non nella sua malattia.

Credo sia importante raggiungere l'obiettivo di essere riconosciuti come figura professionale, non tanto come operatore in sostituzione degli attuali, ma per affiancarli, nella convinzione che se uniamo il sapere di studio a quello di vita possiamo offrire molta più umanità e cura alle persone.

L'Associazione Italiana Persone Esperte in Supporto tra Pari

Credere nella guarigione e nel cambiamento sempre possibile, nelle risorse di tutti, è insito nella figura dell'ESP, perché possiamo dimostrare che ci sono vie di uscita, che la strada non è sempre nera, anche solo grazie alla nostra presenza nei Servizi. Posso testimoniare quanto a volte sia difficile accettare la malattia e crescere in un percorso di consapevolezza che porti ad un rapporto sereno e utile tra chi vive la malattia mentale ed i suoi operatori.

Ritengo che questo percorso nei Servizi offra anche l'opportunità agli operatori, agli utenti ed ai famigliari di poter sgretolare i pregiudizi di inguaribilità, improduttività e di impossibilità di cambiamento. In quanto "professionisti" del sapere esperienziale nei sistemi di salute mentale gli ESP possono produrre risultati positivi per utenti, famigliari, operatori, e per la comunità.

Si è costituita da poco a Bologna (maggio 2024) un'Associazione Italiana Persone Esperte in Supporto tra Pari (AIPESP) con lo scopo di riconoscere a



Roberta Quartieri

livello professionale e istituzionale la figura di "esperto", per poter lavorare a pieno titolo all'interno dei Servizi ricevendo un giusto compenso economico.

Non si tratta di una rivoluzione dolce, ma di aver portato nei Servizi modenesi un'esperienza nata a Trento nel lontano

2000, che ha rivoluzionato le pratiche mediche del Servizio ed ha portato i cittadini che ne usufruiscono a stare meglio e persino guarire.

Roberta Quartieri, Esperta in Supporto tra Pari (ESP) nel Dipartimento di Salute Mentale di Modena

SPAZIO PER I NOSTRI LETTORI

Cosa ne pensi dell'introduzione degli Esperti in Supporto tra Pari nei servizi di salute mentale?

Desideri saperne di più sulla nostra associazione?

Inviaci un'email a segreteria@averecura.org

I tuoi dati saranno trattati secondo il Regolamento UE 2016/679.



Laboratorio all'interno del Centro Diurno di Salute Mentale di Modena