

## CAMICI

### La proposta

Risvegliarsi la notte, emozionarsi per un film più di quanto eravamo abituati a fare, far fatica ad alzarsi per cominciare la giornata. Sintomi di depressione, malattia comune. Come ogni malattia si può superare, ma non solo con una pillola, bensì associando a questa una psicoterapia adeguata. Fatta da chi e come? E a che prezzo? Psichiatri, psicologi e psicoterapeuti dovrebbero riflettere sull'urgenza di ripensare la psicoterapia per renderla accessibile a un maggior numero di persone, far sì che diventi, non solo strumento di cura ma anche mezzo per migliorare il vivere quotidiano. Sembra buona l'idea di Polster, che propone le "Comunità incentrate sulla vita". Gruppi di persone che,

col sostegno di un leader, utilizzino principi e metodi della psicoterapia per promuovere la crescita personale e l'empatia e dare linee guida sui comportamenti più efficaci per vivere la vita nel modo migliore possibile. Proposta coraggiosa, collegata dalla logica della parcella (E. Polster Psicoterapia del quotidiano. Migliorare la vita della persona e della comunità, Erickson, 2007).

CAMICI  
E PIGIAMI



di Paolo  
Cornaglia  
Ferraris

## Depressione, psicoterapia da ripensare

### PIGIAMI

#### Alunni

Michele Capurso, pioniere del "gioco e studio

in ospedale", non è più solo. Sono molti, infatti, gli ospedali pediatrici nei quali si rispetta la vita da alunno del bambino ricoverato. Non tutti, però, mostrano la stessa attenzione e sensibilità. Un nuovo libro potrebbe aiutarli. Racconta storie di bambini e adolescenti che fanno scuola in ospedale. Alunni costretti da malattie gravi a studiare in pigiama, spesso attaccati alla flebo, a volte stessi sul letto di degenza con l'insegnante a fianco. Le narra il loro prof. di matematica, la materia considerata "fredda" per ec-

cellenza, ma che acquisisce colore e perfino sapore all'interno di una relazione autentica tra docente e studente, improntata al reciproco riconoscimento. Dove sofferenza e difficoltà dominano, emerge gradualmente il valore dell'imparare, del condividere e del vincere la noia di una tv a ciclo continuo. Fare scuola in ospedale rispetta l'alunno, restituisce un senso del vivere, nobilita il tempo della degenza (G. Balestrin, Alunni pazienti Storie di scuola in ospedale Erickson Ed 2007).