

## **INFORMATIVA PER L'UTENTE: Il programma GiGi (Gledhill di Giorno) per i Disturbi di Personalità...fa per te?**

GiGi è un programma intensivo integrato di due giorni la settimana per sei mesi (max 1 anno). E' un approccio terapeutico ben strutturato che integra la psicoterapia esplorativa intensiva con la psicoeducazione, ovvero, con l'insegnamento pratico di tecniche di rafforzamento personale per la gestione dell'ansia e della sofferenza psichica; il tutto in ambiente ad elevato grado di coesione e contenimento empatico.

Spesso i problemi derivano da vissuti d'infanzia infelice, caotica, con esperienze di abuso, che possono essere espressi, o sfogati, con comportamento impulsivo, violento o condotte autolesive. L'etichetta diagnostica di '*disturbi della personalità*', è un modo di descrivere difficoltà emotive antiche che impediscono una vita piena e soddisfacente.

### **Premessa introduttiva**

Qualche anno fa il governo inglese promuoveva iniziative di servizi specialistici per persone che in passato, a causa della natura stessa dei disturbi di personalità (DP), erano spesso escluse. A York, nella più antica Comunità Terapeutica dei quaccheri The Retreat, un progetto specialistico *residenziale* di circa 8 mesi, The Acorn Programme, ottiene l'accreditamento di qualità per il trattamento di questo tipo di disagio dal governo inglese. Quest'ultimo, inoltre, sceglieva Nottingham come uno degli 11 nuovi servizi pilota *semiresidenziali* per DP in tutto il paese collegati ad un progetto di ricerca mirato a individuare ciò che è veramente efficace ed imparare gli uni dagli altri. Nasceva così, a Nottingham, la Mini Comunità semiresidenziale Mandala e più recentemente la più evoluta tra quelle che integrano il programma con approcci cognitivi comportamentali.

La Coop Gledhill ha scambiato visite e conoscenze con questi centri d'eccellenza integrando la propria esperienza clinica dei DP. Il risultato è il progetto GiGi frutto del gemellaggio con la Comunità Residenziale 'The Retreat', **Progetto Acorn** di York, e la **Therapeutic Day Unit** di Slough. Il progetto GiGi in Italia promuove per la prima volta questo tipo di collaborazione per offrire servizi realmente efficaci a cittadini italiani con Disordini di Personalità.

Nel modello italiano proposto valore aggiunto sono: a) l'intervento intensivo di due giornate la settimana e per massimo un anno solo b) l'integrazione dell'approccio **Cognitivo Comportamentale** con la **Socioterapia** e la **Psicoterapia**.

### **Un progetto innovativo**

L'innovazione del progetto "GiGi" consiste in un trattamento specialistico diurno (da minimo 6 a 12 mesi massimo), che integra la **Socioterapia** dell'approccio di comunità terapeutica di stampo anglosassone classico, con a) **Schema Therapy**, dimostratasi inequivocabilmente efficace per il recupero e il cambiamento dei tratti di personalità mal adattivi b) **STEPPS**, per l'insegnamento dell'autogestione dell'Intensità Emotiva

squilibrata, comune tra chi ha diagnosi di Personalità Borderline o di Disturbo dell'Umore, c) **EMDR**, appropriato per la desensibilizzazione di conseguenze di traumi psicologici ancora attivi, se necessario.

I Disordini di Personalità sono refrattari alle cure farmacologiche perché caratterizzati dall'autosabotaggio, che causa fallimenti nelle relazioni intime e spesso nei rapporti di lavoro. Disturbi del Comportamento Alimentare, Autolesionismo, Gioco d'azzardo, poliabuso di sostanze e psicofarmaci, Dipendenza da internet, sesso e pornografia, Disturbo Post Traumatico da Stress, sono tutte situazioni che oggi possono essere curate senza presidi farmacologici particolari in maniera definitiva.

Il progetto fa capo alla Coop. Raymond Gledhill ONLUS che gestisce due Comunità Terapeutiche residenziali a Lanuvio e a Marino e si svolge nella sede di quest'ultima.

Diamo per scontato che le persone che hanno avuto difficoltà di rapporto con le emozioni per la maggior parte della loro vita cercheranno aiuto perché si sentono bloccate e profondamente a disagio con loro stesse.

L'esperienza trasformativa sull'identità sociale che la persona ricava da GiGi è una sfida emotiva notevole e fornisce enormi opportunità per il rafforzamento dell'autostima e lo sviluppo della personalità.

GiGi, inoltre, è un'alternativa alla maggior parte dei farmaci psichiatrici, che nel programma di fatto ostacolano, come le benzodiazepine, gli sforzi di autonomia dell'utente. Riduzione e/o sospensione della terapia farmacologica rientrano pertanto tra le mete del trattamento e devono essere concordate tra l'utente ed il medico. Al loro posto il gruppo dei compagni fornisce sostegno e aiuto in questa direzione.

NB Il medico del centro, o quello di fiducia, valuta invece il bisogno di terapia specifica in caso di chiara patologia dell'umore, che spesso si associa ad esperienze traumatiche durante lo sviluppo e rende più difficile la regolazione emotiva.

Questo è un elenco di sintomi e problemi che potrebbe indicare che il programma GiGi fa per te:

- autolesionismo, es. tagli, bruciature, overdose, tentativo di suicidio
- disturbi del comportamento alimentare
- comportamenti compulsivi, es. gioco d'azzardo, promiscuità sessuale
- tentativi di automedicazione con alcol e droghe illegali
- relazioni emotive disturbate e disturbanti
- seri problemi nei rapporti
- problemi con la legge ed altri comportamenti aggressivi
- sintomi clinici di depressione, con ansia o allucinazioni
- essere stati fisicamente vittime di abusi sessuali
- infanzia infelice, insicura e caotica
- perdita e dolore insopportabile