

CONSULTORIO NEWS

CENTRO SERVIZI SOCIALI PER LA FAMIGLIA ONLUS
Consultorio Familiare Diocesano "Dott. Pasquale Raffa"

VOLUME V N. X

I SEMESTRE 2022

Una successione ininterrotta di cuori generosi



In una società post-Covid, che ha visto profondamente trasformati i modelli sociali degli individui e delle famiglie, il Consultorio Familiare "Pasquale Raffa" OdV – Centro Servizi Sociali per la Famiglia, continua la sua attività ultraquarantennale sulle orme già tracciate dai diversi laici impegnati, professionisti, operatori, consulenti, sacerdoti e presidenti, tra cui l'indimenticabile Pasquale Raffa, Franca Musco e Roberto Pennisi.

In questi lunghi anni una successione ininterrotta di cuori generosi ha dedicato il proprio tempo e le proprie competenze a servizio dei più fragili, della vita in tutti i suoi aspetti, della famiglia, spesso messa fortemente in discussione, e dell'individuo, a difesa della sua inalienabile dignità e con la comune consapevolezza che amare è servire.

Negli ultimi mesi il Consultorio ha rinnovato, ai sensi della normativa sul terzo settore e secondo lo Statuto, le proprie cariche direttive, eleggendo me Piergiuseppe Marcelli come nuovo presidente e Maria Cara come direttore. Il nuovo

consiglio è composto inoltre da Salvatore Aleo (tesoriere), Giorgio Bellieni, Vincenzo Geria (vicepresidente), Francesca Giglietta (segretaria), Augusto Sabatini, don Francesco Cuzzocrea (consulente etico) e Maria Tripodi.

In questa nuova veste, il direttivo ha accolto con grande gioia il nostro Vescovo S.E. Mons. Fortunato Morrone, che è voluto venire presso il nostro Centro per incontrarci personalmente, quale espressione dell'articolata realtà del Consultorio, fatta da tanti professionisti, soci, e volontari.

Il Vescovo ci ha esortato ad ascoltare i tanti bisogni che provengono dal territorio, per essere "Chiesa in uscita" che, come un "ospedale da campo", si prenda cura degli ultimi in una visione sinodale, al servizio della Chiesa locale.

Tante sono le sfide che questo tempo ci invita ad affrontare, tante le fragilità che vanno sostenute sull'esempio del buon Samaritano che si prende cura del prossimo, con passione e competenza, attraverso i mezzi e la speranza che il Signore ci ha donato proprio per accompagnare la sofferenza.

PIERGIUSEPPE MARCELLI

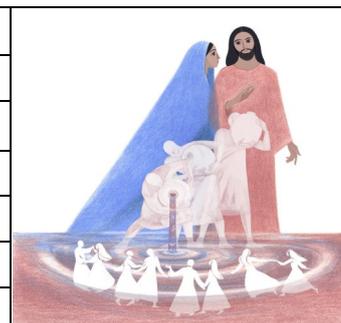


*Dott. Pasquale Raffa
Co-fondatore del Consultorio*



Sommario:

Una successione ininterrotta di cuori generosi	1
Con i passi della Chiesa Reggina-Bovese	2
Stile sinodale e stile consultoriale	3
Benessere, priorità globale	4
Maratona Alzheimer	5
Come essere efficaci nel rendere partecipi gli altri dei nostri bisogni	6
Link e Contatti	8



CONSULTORIO NEWS

L'INCONTRO DEL CONSIGLIO DIRETTIVO CON L'ARCIVESCOVO

Con i passi della Chiesa Reggina-Bovese



“Valorizziamo il bello che c’è”. Questa frase, pronunciata da S.E. Mons. Morrone nel corso dell’incontro con il nuovo Consiglio Direttivo il 21 ottobre scorso, risuona ancora nei nostri cuori come un monito, un incoraggiamento, un apprezzamento, un riconoscimento.

Come un piccolo tesoro a cui attingere quando pensi che l’impegno di tutti noi possa essere insufficiente ad affrontare la complessità dei problemi che si presentano quotidianamente, quando ti senti impotente di fronte al disagio, alla solitudine, al conflitto familiare e di coppia, agli squilibri di una genitorialità che stenta a trovare piena consapevolezza.

Mons. Morrone ha riconosciuto al nostro Centro Servizi Sociali per la Famiglia – Consultorio Familiare Privato Pasquale Raffa – Organizzazione di Volontariato, una lunga e bella storia intessuta di impegno quotidiano e gratuito, che ha espresso e continua ad esprimere sul territorio della nostra diocesi la concreta attenzione alla Fami-

glia e alle fragilità esistenziali, alla luce dell’ispirazione cristiana. “Voi siete un autentico presidio di evangelizzazione, dimostrando di aver creduto nell’Amore e andando, secondo la direzione e il senso che ci dà il Vangelo, in uscita, verso

store, nel sottolineare il valore delle attività del Consultorio (consulenze, momenti formativi, di sostegno e accompagnamento, gesti di solidarietà) e la qualità delle competenze in esso presenti, ci ha incoraggiato con forza a proseguire nel no-



quelle periferie esistenziali costituite da coloro che spesso sono disprezzati e dimenticati”.

Numerosi, a ben guardare, i punti di contatto attuali e potenziali tra il Cammino Sinodale della nostra Diocesi di Reggio Calabria-Bova, e l’impegno del Consultorio. Così il nostro Pa-

stro impegno, rispondendo ancora di più ai nuovi segni dei tempi emersi dal Sinodo (cfr. Documento di Sintesi) e favorendo la conoscenza e le informazioni sui servizi e le attività del Consultorio su tutto il territorio della Diocesi, per “valorizzare appunto il bello che c’è”.

A conclusione dell’incontro, S.E. Mons. Morrone ci ha salutato con la promessa di un successivo appuntamento con tutti gli operatori consultoriali: soci sostenitori, consulenti, volontari. Grazie e a presto, Eccellenza!



FRANCESCA GIGLIETTA

LA PAROLA AL CONSULENTE ETICO

Stile sinodale e stile consultoriale



Il Sinodo è un'esperienza unica per la Chiesa e dovrebbe essere però un evento non necessariamente straordinario.

La Chiesa, seguendo il principio dell'Incarnazione, è chiamata ogni giorno a porsi in costante discernimento, lasciandosi interpellare dalle sfide di un mondo che cambia. Questo non significa che deve rinunciare alla propria identità e missione, ma proprio per poter essere sale e luce della terra ha bisogno di aprirsi coraggiosamente al mondo, mettendosi in discussione e divenendo ancora più efficace nell'opera evangelizzatrice.

In questo contesto, come consulenti ci sentiamo particolarmente interpellati, perché se è vero che la Chiesa dev'essere sempre di più "chiesa in uscita", incarnando lo stile di Gesù Buon Samaritano, è anche vero che proprio nel consultorio trova la sua autentica e concreta operatività come "ospedale da campo", servizio diocesano prezioso in risposta a chiunque si trova nel bisogno e soprattutto i più fragili.

A questo proposito mi piace sottolineare come i tre cantieri su cui i nostri Vescovi ci hanno chiesto di riflettere, in realtà si possono riscontrare anche nella vita ordinaria del nostro consultorio, a partire dallo stile stesso.

Ci sforziamo ogni giorno di offrire ai nostri utenti un clima di vera accoglienza, un contesto non giudicante e cordiale, in grado di consentire la massima apertura e il dialogo. Sono i nostri stessi

utenti che ci dicono di trovarsi al loro agio con noi e di trovare in Consultorio quell'ascolto che nel loro ambiente cercano invano e che, non raramente, costituisce una base terapeutica formidabile.

Lo stile sinodale dell'accoglienza e dell'ascolto reciproco non è però solo nei confronti dei nostri utenti ma è anche tra noi operatori, anzi è proprio a partire da noi stessi. Sia nel direttivo, sia nel lavoro di equipe e sia nei progetti che insieme portiamo avanti, c'è tra noi un profondo rispetto e una grande stima reciproca. E tutto questo si riverbera sui nostri utenti che sperimentano, dunque, un clima profondamente umano e cristiano.

La nostra porta è sempre aperta per chiunque e principalmente per quegli ambiti che spesso restano in silenzio e inascoltati. Ogni giorno incontriamo gente di tutti i tipi e anche noi cerchiamo di metterci in discussione, rimodulando anzitutto i linguaggi e personalizzando la nostra azione, soprattutto in ambito giovanile e scolastico, per garantire incontri autentici e la più grande attenzione alla persona.

Desideriamo accogliere in pieno la sfida della prossimità e del dialogo, secondo le nostre forze ma consapevoli dell'aiuto decisivo dello Spirito Santo.

Ci piacerebbe far sentire ciascuno a casa ed è proprio a partire da questa esigenza che aiutiamo i nostri utenti a ritrovare quella pace interiore in grado di ripristinare non solo il rapporto con se stessi ma anche rinnovare e rigenerare le relazioni con gli altri. Lo stile familiare ci sembra non solo un modello ma anche una meta, con la sua semplicità e con una fraternità davvero sincera.

Non mancano i momenti formativi, che hanno sempre una connotazione spirituale e ci aiutano a vincere l'affanno e a distinguere l'impegno professionale e umanitario dalla diaconia cristiana.

DON FRANCESCO CUZZOCREA



LA PAROLA ALLA PSICOLOGA

Benessere, priorità globale



Il 10 ottobre scorso si è celebrata la Giornata mondiale della salute mentale, promossa dalla Federazione Mondiale della Salute Mentale e supportata dall'OMS.

La giornata è finalizzata ad aumentare la consapevolezza riguardo ai problemi di salute mentale e implementare gli in-

gli adolescenti rispetto a soltanto due anni fa.

Le richieste di consulenze neuropsichiatriche per stati ansiosi o depressivi e di quelle effettuate in urgenza per comportamenti autolesivi sono aumentate di quasi 40 volte, in particolare nei giovani tra i 9 e i 17 anni. Inoltre si stimano in circa 100 mila i giovanissimi che vivono in una situazione di autoreclusione nella loro stanza, i

nitare, soffrono di debolezze strutturali che impediscono a molti milioni di persone di ricevere cure e interventi adeguati.

Il Consultorio familiare "Pasquale Raffa" in questi ultimi due anni ha visto moltiplicarsi le richieste di aiuto da parte di individui e famiglie e, pertanto, ha implementato gli sforzi e aumentato le risorse umane e professionali a servizio della comunità. Crediamo che il benessere, inteso in modo globale bio-psico-sociale, sia il fondamento della resilienza di una comunità; quindi concludiamo con le parole del manifesto della Giornata della salute mentale: *"Immaginiamo un mondo in cui la salute mentale sia valorizzata, promossa e protetta; dove tutti hanno pari opportunità di godere della salute mentale e di esercitare i propri diritti umani; e dove tutti possono accedere alle cure di salute mentale di cui hanno bisogno"*.

NANCY RIZZI



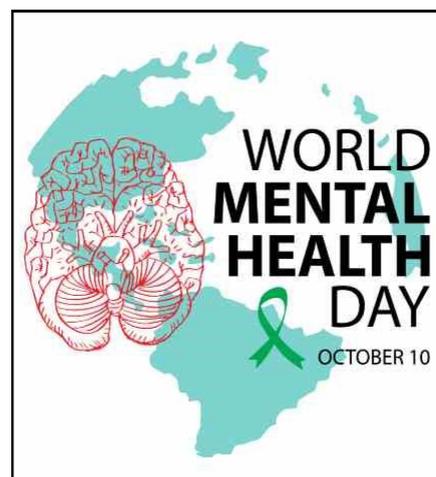
terventi a supporto delle persone sofferenti. Il tema di quest'anno è stato *"Rendi la salute mentale e il benessere per tutti una priorità globale"*.

L'OMS ha stimato che nel 2019 una persona su otto nel mondo convive con un disturbo mentale. La pandemia da COVID-19 ha generato una crisi globale con un aumento sia dei disturbi d'ansia che di quelli depressivi di oltre il 25%.

Anche i dati provenienti dalla Federazione Italiana Medici Pediatri (FIMP) sono allarmanti: emerge un aumento del 75% dei casi di tentato suicidio tra

cosiddetti *hikikomori*. Altri temi che emergono in modo sempre più intenso tra gli adolescenti sono quelli del lutto e del cambiamento di sesso.

Il pediatra di famiglia è spesso la prima sentinella che intercetta il disagio e che, in una proficua collaborazione con lo psicologo, può mettere a disposizione tutti gli strumenti per accompagnare e sostenere i pazienti e le famiglie. I servizi di salute mentale e quelli che si occupano di prevenzione e promozione del benessere psico-sociale, oltre ad essere messi a dura prova dalla pressione delle recenti crisi sanitarie e uma-



LA PAROLA ALLA PSICOLOGA

Maratona Alzheimer



Maratona Alzheimer è un evento promosso dalla Fondazione Maratona Alzheimer, organiz-

zata dall'ASD Maratona Alzheimer con il supporto di associazioni podistiche e di volontariato locali. Da Cesenatico il testimone della Maratona è poi passato alle Associazioni Alzheimer Italiane che hanno realizzato "Maratona Alzheimer in 100 piazze". Reggio Calabria ha risposto prontamente accogliendo il testimone.

Il Consultorio P. Raffa e l'Associazione Allegra-Mente sono scese in Piazza per sostenere i diritti delle persone che sono affette da Alzheimer o altro tipo di demenza e ricordare che queste persone pur perdendo progressivamente la memoria di sé stessi e del mondo, non perdono identità e diritti, ma ne acquisiscono, o perlomeno così dovrebbe essere. Ad ognuno di loro dovrebbe essere garantito il diritto all'accessibilità, il diritto alla

specificità delle cure, il diritto all'accoglienza, il diritto all'amorevolezza, alla stimolazione cognitiva delle risorse residue, il diritto a non essere dimenticati, il diritto alla socialità e il diritto al vivere liberi dallo stigma sociale.

Il nostro Consultorio, da sempre riferimento per le persone in difficoltà, anche in questa occasione si è dimostrato aperto all'accoglienza, alla partecipazione della comunità diocesana, alla condivisione del disagio in risposta pronta all'istanza di quella fascia di popolo che rischia l'emarginazione a causa di patologie che conducono all'isolamento.

Il senso dell'attività svolta dalla squadra del Consultorio è da individuare nella partecipazione che si fa presenza concreta in aggiunta alle terapie cliniche o farmacologiche e rappresenta un supporto agli anziani e alle famiglie; che si stringe a chi ha da raccontare ancora qualcosa a chi ha bisogno che il patrimonio della sua esperienza passata non vada perso per sempre.

Il Consultorio attraverso la Comunità invita a praticare l'accoglienza, a mantenere un contatto stretto con i *caregivers* ed i congiunti promuovendo iniziative

varie e frequenti che pongano al centro il paziente affetto da demenza non trascurando il ruolo del familiare che lo assiste. Le azioni adottate promuovono una Comunità che sia rifugio, che rinnovi l'alleanza giovani-anziani recuperando il patrimonio intergenerazionale che contrasti la tendenza a normalizzare, banalizzare, rimandare gli appuntamenti con la nostra coscienza per portare avanti una routine fatta di abitudini, dell'immobilismo del pensiero e delle prassi.

Dunque, ascoltiamoli i nostri anziani, sollecitiamoli, parliamo con loro. Possa realizzarsi la profezia di Gioele: "I vostri anziani faranno sogni, i vostri giovani avranno visioni", in modo che nulla venga perso del passato perché migliore sia il presente.

IMAN MESKELINDI



LA PAROLA ALLA PSICOLOGA

Come essere efficaci nel rendere partecipi gli altri dei nostri bisogni



Il concetto di Sinodo rispecchia appieno la maggiore inclinazione ed esigenza della Chiesa

di camminare congiuntamente ai propri fedeli ascoltandone ed accogliendone le richieste, in un'ottica di auto-miglioramento costante. Ad aver voce in capitolo in un Sinodo non sono soltanto i prelati, ma anche laici o persone distanti dalla Chiesa, affinché possano essere ascoltati anche i loro bisogni. Quando la Chiesa celebra un Sinodo, mette in pratica la sua capacità di fare comunione, ovvero di confrontarsi e riflettere su un argomento non da sola, ma insieme ad altri.

Se provassimo a trasferire questa bellissima accezione di efficacia comunicativa alla vita quotidiana di tutti noi, potremmo diventare bravi padroneggianti di alcune abilità, come ad esempio chiedere qualcosa di cui abbiamo bisogno, rispondere efficacemente a una richiesta, risolvere i conflitti in

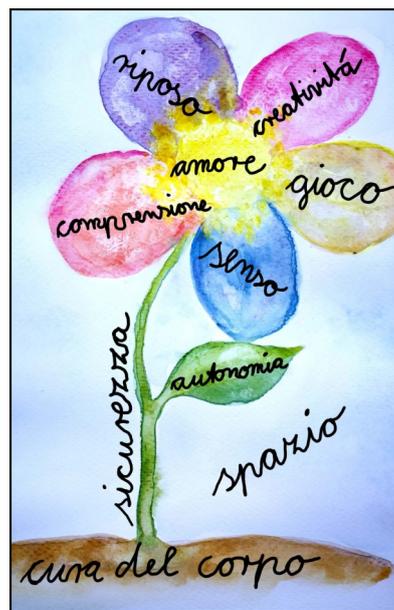
modo efficace, allo stesso tempo mantenendo o perfino migliorando la relazione e preservando il rispetto di noi stessi.

Per essere efficaci nelle relazioni sociali è importante, nell'interazione, avere chiaro ciò che vogliamo e qual è il nostro obiettivo comunicativo. Comunicare in modo efficace significa mantenere o migliorare una relazione, raggiungendo anche scopi in linea con i nostri bisogni personali nella relazione stessa.

Pensiamo a una situazione in cui vorremmo porre all'altra persona una richiesta, in linea con una esigenza di cambiamento, con un nostro bisogno o con la necessità di migliorare le cose nel rapporto. Quali potrebbero essere i passaggi giusti da fare per poter essere capiti dall'altra persona, non generare conflitti o fraintendimenti e raggiungere efficacemente l'obiettivo? Potremmo tenere in considerazione alcuni passaggi utili:

- Fare una breve introduzione in cui ci limitiamo alla **descrizione** della situazione.

Questo perché prima di andare dritti alla richiesta, è importante poter descrivere i fatti attuali, che costituiscono poi gli eventi che spingono la persona a fare la ri-



chiesta. In questa fase è importante cercare di essere più obiettivi e descrittivi possibili, senza veicolare giudizi e accuse. Solo in questo modo possiamo assicurarci che l'interlocutore si possa mettere sul nostro stesso piano e nei nostri panni, senza avere l'idea che lo stiamo giudicando o che dovrebbe difendersi dalle nostre accuse reagendo con ostilità. L'astenersi dal giudizio è fondamentale nell'attuare questo primo passaggio comunicativo! Descrivere è ben diverso da giudicare. Quando descriviamo ci atteniamo esclusivamente all'esposizione dei fatti, senza utilizzare etichette giudicanti.



- Il secondo passaggio è quello dell'**espressione** dei nostri vissuti emotivi. Cosa proviamo rispetto alla situazione che abbiamo appena descritto? Cosa pensiamo? A volte tendiamo a pensare che l'altra persona conosca l'effetto o l'impatto che hanno su di noi i suoi comportamenti, invece non bisognerebbe mai darlo per scontato, è indispensabile spiegare anche brevemente come ci sentiamo, e ciò fungerà anche da motivazione rispetto alla richiesta che stiamo per fare all'altra persona. Attraverso l'espressione dei nostri stati mentali, dunque, l'interlocutore conoscerà quali sono le nostre reazioni personali a una situazione, e potrà recepire quali sono i nostri bisogni. Spesso non riusciamo ad esprimere i nostri bisogni perché non ce li legittimiamo, o perché nel farlo ci sentiamo vulnerabili.
- L'**affermazione** è il passaggio successivo, nonché il nucleo centrale della nostra comunicazione, e consiste nell'esternare la propria richiesta. Cosa vorrei dall'altra persona? Cosa mi aspetto da lei? Quali sono i bisogni che vorrei affermare? Per alcune persone non è semplice fare una richiesta: spesso vorremmo cavarcela da soli, o temiamo che avanzare un bisogno sia segno di debolezza o che possa essere disturbante e fastidioso per l'altra persona o, al contrario, si dà per scontato che sia l'altra persona a dover anticipare i nostri bisogni, senza dover passare attraverso una nostra richiesta. E' invece importante impa-

rare a chiedere, piuttosto che esigere.

- In ultima analisi, è importante adottare la strategia del **rinforzo**, che aiuta la persona a legittimare la propria richiesta. Consiste nell'identificare qualcosa di positivo o di gratificante sia per se stesso che per l'altro, nel caso in cui accogliesse la richiesta avanzata. Cosa potremmo ottenere di positivo se tu accogli il mio bisogno? In cosa migliorerebbe il nostro rapporto?

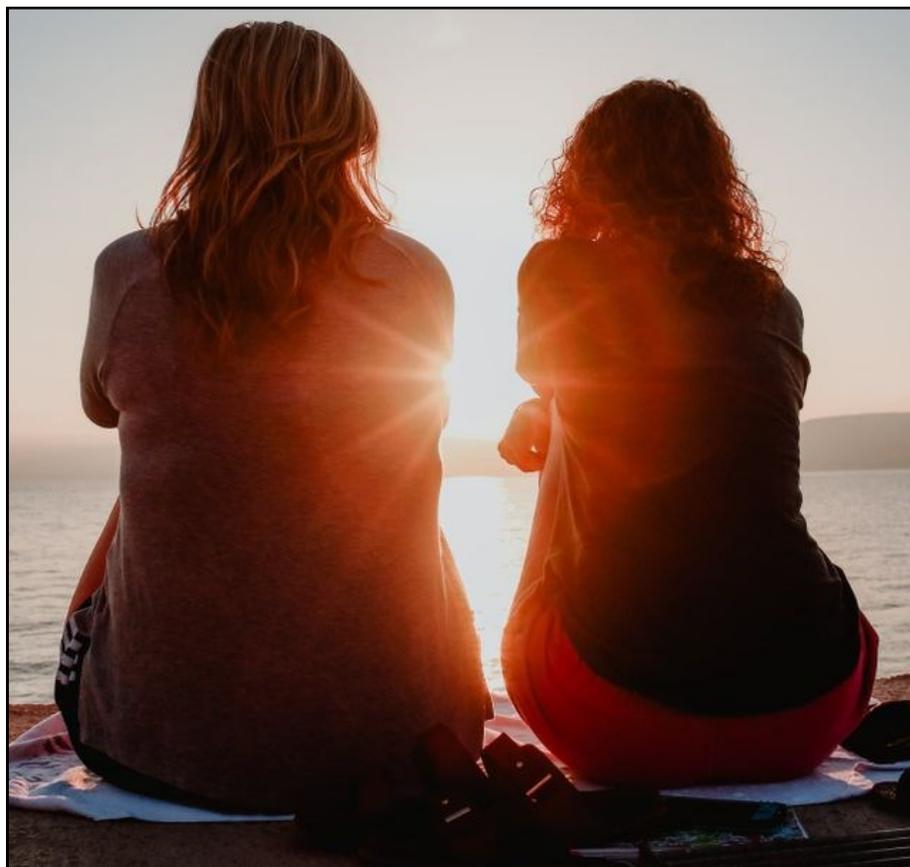
Questo tipo di comunicazione aiuta a far sì che nella relazione non ci siano sbilanciamenti, ma equilibrio e simmetria, e proprio questo è un po' lo spirito del Sinodo. E' importante mantenersi fermi e sicuri nel comunicare, provando a regolare le nostre emozioni, rimanendo comunque sempre aperti alla possibilità di una negoziazione.

La comunicazione, d'altronde, non è mai a senso unico, e allo stesso modo in cui il Sinodo apre un varco importante alla possibilità di camminare insieme, anche noi, nel privato della nostra sfera relazionale, possiamo provare a esprimere i nostri bisogni aspirando a un cambiamento positivo nella relazione, impegnandoci a mettere in pratica quelli che sono i principi stessi del Sinodo.

Bibliografia

MARSHA M. LINEHAN, *DBT Skills Training. Manuale-Schede e fogli di lavoro*, Raffaello Cortina, Milano 2015.

LAURA CONTI



LINK E CONTATTI

CONTATTI:

Tel.: 0965 -890004

Fax: 0965 - 890004

E-mail: consultorioraffa@gmail.com

DOVE SIAMO:

VIA GIROLAMO TAGLIAVIA, 21
89127 REGGIO CALABRIASiamo sul *Web* e sui *Social* 😊<https://www.consultorioraffa.it><https://www.facebook.com/consultorioraffa/>https://instagram.com/consultorioraffarc?utm_medium=copy_link

Il Consultorio Familiare ONLUS, da 40 anni a Reggio Calabria, si prende cura con passione e competenza della famiglia, rispondendo alle esigenze della vita di relazione, della vita della coppia, della famiglia e della persona con particolare riguardo a coloro che si trovano in situazione di difficoltà senza mai dimenticare la sua vocazione cristiana.

