



# Kitesurf e psicoterapia, una risposta ai disagi adolescenziali



Ragazzi difficili curati con attività olistiche e sport adrenalinici. È questa l'esperienza, giunta alla terza edizione, dell'ospedale Santa Giuliana di Verona

di Simone Fanti



Una raffica di vento che cancella i fantasmi di un'adolescenza difficile contrassegnata da atti autolesionistici, allucinazioni, comportamenti sessuali trasgressivi. Dove? Nella magnifica Sardegna con l'ospedale Villa Santa Giuliana di Verona che ha sperimentato un camp riabilitativo nel mare azzurro di Porto Pollo - Palau (OT), a pochi chilometri dalla Maddalena. Il progetto sperimentale è stato ideato e finanziato dalla Onlus Flvin Hearts Wind Therapy. Qui i ragazzi con disagi psichici completano il percorso riabilitativo iniziato in ospedale, trascorrono un periodo di stacco e si mettono alla prova con la pratica del Kitesurf, a contatto con la natura. "Sicuramente Madre Natura non ha la bacchetta magica, ma con altrettanta sicurezza posso dire che la forza che essa può sprigionare e le esperienze adrenaliniche, condotte in piena sicurezza, ci aiutano ad avvicinare i ragazzi molto di più rispetto agli approcci tradizionali - spiega **Amedeo Bezzetto**, psicologo e responsabile delle terapie riabilitative dell'Ospedale Villa Santa Giuliana guidato dall'Istituto della misericordia. Il centro è uno tra i primi ad avere un reparto di cura per i disturbi mentali dedicato interamente agli adolescenti.



I primi esercizi compiuti sul pontone di lancio

«Si sono sempre utilizzate terapie per adulti anche sui ragazzi – spiega Bezzetto – ma non raggiungono lo scopo. Anzi talvolta peggiorano la situazione. Mettere accanto ragazzi in difficoltà con persone che soffrono da anni, magari, di depressione e altre gravi

psicopatologie, non può che aumentare il disagio. La nostra idea di abbinare uno sport adrenalinico, un'attività all'aria aperta e una terapia di aiuto e riabilitazione sta dando i suoi frutti». Alla sera infatti, dopo una giornata di sport, i ragazzi si aprono maggiormente agli psicoterapeuti. Si allentano le difese e consentono allo psicoterapeuta di andare più in profondità nell'analisi dei problemi. In questo terzo camp, i ragazzi e ragazze hanno un'età compresa tra i 16 e i 21 anni e provengono da esperienze sociali e/o familiari negative. Molti di loro vivono nella Comunità Eldorado, all'interno del comprensorio dell'ospedale: **«Non parliamo di persone che provengono da contesti socioeconomici disagiati, ma di ragazzi che durante l'infanzia hanno sofferto un clima di tensione e poi con il passaggio all'adolescenza non riescono a gestirlo, alcuni esplodendo in atti violenti contro gli altri o contro loro stessi, altri isolandosi dal mondo per rinchiudersi nella propria cameretta, senza contatti con gli amici e l'abbandono della scuola».**

L'idea di fondo del progetto riabilitativo è quello di overstimolare i sensi dei ragazzi, far loro provare forti emozioni e scaricare l'energia in eccesso. Il progetto è nato dall'intuizione della fondatrice di Flyin Hearts, **Georgia Gay**, dopo aver vissuto in prima persona una condizione di forte



Una sessione di allenamento. In foto il momento in cui la vela solleva il kiter dall'acqua

malessere ed aver provato beneficio psico-fisico cominciando a praticare il Kitesurf. Insieme a **Gabriele Ghione**, istruttore di Kitesurf e al professor Amedeo Bezzetto, hanno creato un metodo didattico adatto ai ragazzi da trattare, caratterizzato da un approccio più olistico al Kitesurf, in cui FH Academy, scuola di Kite nata per supportare la Onlus, si sta specializzando. «I ragazzi che arrivano qui hanno bisogno di tornare in contatto con le proprie emozioni, di imparare a vincere e perdere e a rispettare delle regole – spiega Gabriele –. **Ma hanno bisogno anche di creare un legame solido con qualcuno di cui fidarsi e a cui affidarsi.** Ecco perché al secondo giorno vengono creati dei binomi istruttore-allievo, ed è sorprendente come i ragazzi scelgano come proprio trainer personale una persona che gli assomiglia caratterialmente (il primo giorno del campus i ragazzi conoscono tutti i loro trainer e il giorno successivo scelgono quale di loro li accompagnerà per tutta la settimana N.d.r.) Sembrano cercare un alter ego che è riuscito ad uscire dall'incubo che stanno vivendo. A fine settimana è difficile lasciarli andare via, diventano un pezzo di noi... forse un po' sono loro a curare noi».



Un momento alternativo al Kite... i ragazzi hanno provato la yoga dance

l'istituto di agraria o quello di perito amministrativo, oppure sono in cerca del primo lavoro. Loro che dal rapporto con questa avventura porteranno a casa esperienza e insegnamenti da mettere in gioco anche nella vita quotidiana. Come Alberto che dice: «Questo sport mi ha insegnato che con la costanza si possono raggiungere gli obiettivi prefissati, e spesso è possibile superarli. Ecco la costanza abbinata a una maggiore sicurezza in me stesso è quello che questi 5 giorni in Sardegna mi hanno fatto conoscere». Più timido e insicuro Stefano soddisfatto di ciò che ha vissuto: «Porterò con me l'esperienze legate allo yoga e all'ippoterapia». Le attività olistiche sono guidate da **Evelyn Gay**, terzo fondatore della Onlus, e completano il programma dei ragazzi, con la finalità di equilibrare il livello adrenalinico e di mandarli a letto in uno stato di relax e serenità. Infine una fanciulla del gruppo a cui gli organizzatori hanno "regalato" un'esperienza unica: un incontro a tu per tu con la top model **Malgosia Bela** che ha raccontato alla ragazza il suo passato adolescenziale, la sua chiusura rispetto alla vita e il tunnel del disturbo alimentare. «It's up to you - spiega Yerus - è tutto nelle tue mani. E' con questo slogan che torno, anzi torniamo a casa dopo questo camp in Sardegna».

E poi ci sono loro, quegli esseri umani così fragili chiusi in corpi oramai di uomini e di donne. **In quest'edizione c'erano anche Alberto, Stefano e Yerus, ragazzi che potevano essere i nostri figli, facce pulite, voci intimidite dall'intervista, cervelli smart e veloci.** Loro che frequentano con fatica