

## Essere genitori con disturbi psichici

Prevenire il disagio nei figli

**Nasce il primo portale italiano dedicato a chi ha genitori con disturbi psichici: [www.mybluebox.it](http://www.mybluebox.it). Studi dimostrano che interventi tempestivi di prevenzione e supporto riducono il disagio. Questo sito offre un primo spazio di informazione e prevenzione dedicato, che sceglie Internet per raggiungere in modo capillare non soltanto i ragazzi, ma anche genitori e professionisti.**



Si parla spesso di salute mentale, ma non altrettanto spesso di cosa voglia dire essere figlio di genitori con disturbi psichici come la depressione, il disturbo bipolare, la schizofrenia.

In Italia e nel mondo sono milioni i bambini e gli adolescenti che vivono in famiglie in cui la madre o il padre (talvolta entrambi) hanno un problema di salute mentale e che si trovano spesso da soli a dover affrontare e gestire gli aspetti legati a questa situazione. Rabbia, dolore, vergogna, senso di colpa, paura, smarrimento. La sensazione di non poterne parlare con nessuno e il non ricevere, in molti casi, alcun supporto: essere, in altre parole, invisibili.

Studi internazionali hanno ampiamente dimostrato che interventi tempestivi di prevenzione e supporto riducono nettamente il disagio ed il rischio per questi minori di soffrire a loro volta in futuro di un disturbo psichico.

My Blue Box nasce per offrire un primo spazio di informazione e prevenzione dedicato, che sceglie

Internet come canale privilegiato per raggiungere in modo capillare non soltanto i ragazzi, ma anche genitori e professionisti che operano a contatto con loro.

My Blue Box è stato realizzato grazie all'impegno dell'Associazione Contatto Onlus ed ha ottenuto il patrocinio dell'Autorità Garante per l'Infanzia e l'Adolescenza, che ha anche finanziato la realizzazione di un video per illustrare la tematica e far conoscere il portale.

Perché My Blue Box, e come è cominciato tutto? Negli ultimi tre anni un gruppo di professionisti della salute mentale operanti all'interno del DSM dell'Ospedale Niguarda e dell'Associazione Contatto Onlus si è occupato del tema della prevenzione del disagio psichico in figli di genitori affetti da disturbo mentale, tematica oggetto di diffuso interesse in Europa e nel mondo e chiamata con l'acronimo COPMI (Children Of Parents with Mental Illness).

In Italia si stanno muovendo i primi passi e nel 2013 è nato il Progetto Semola, un progetto preventivo che attraverso percorsi psicoeducativi di stampo americano/finlandese si rivolge agli utenti del servizio psichiatrico territoriale, al loro partner e ai loro figli di età compresa tra i 6 e i 14 anni per offrire spazi di parola legati al tema della malattia psichica in famiglia. Questo perché la ricerca scientifica e la letteratura confermano che questi bambini hanno un rischio tre volte maggiore di sviluppare a loro volta una sintomatologia psichica rispetto ai loro pari non esposti a questo stress. Oggi Semola è diventato un programma articolato, con anche l'ambizioso progetto di creare il portale bilingue MY BLUE BOX.

Grazie ad un primo finanziamento della Fondazione Johnson & Johnson è stato possibile creare il nome, realizzare il logo ed il portale. My Blue Box è attualmente alla ricerca di nuovi sponsor, privati e/o istituzionali, che vogliano contribuire all'ampliamento dei contenuti e dei servizi offerti ed al mantenimento del portale. Prossimamente sarà lanciata online anche una campagna di crowdfunding ed è già possibile, per chi lo desidera, contribuire con una donazione tramite Pay Pal o bonifico bancario.

<http://www.lavorosociale.com/archivio/n/articolo/genitori-disturbi-psichici>