



Un genitore portatore di un disagio psichico si trova contemporaneamente a prendersi cura di sé e a gestire le difficoltà quotidiane, soprattutto il complesso "mestiere" del genitore. Si hanno meno risorse disponibili: cose facili diventano difficili, non sempre si riescono a capire e soddisfare i bisogni dei figli, si prova senso di colpa e vergogna, si hanno maggiori difficoltà a controllarsi...

I figli che hanno uno o entrambi i genitori affetti da una patologia psichiatrica possono avere un rischio 3-4 volte maggiore di sviluppare problemi psicologici, sociali e fisici.

### Cosa provano i figli?

I bambini sono fortemente influenzati dall'ambiente in cui vivono e crescono e reagiscono in modo diverso a seconda dell'età e delle caratteristiche personali. Alcuni stanno "bene" ma altri possono affrontare con fatica la quotidianità.

- ◆ Sono dei "piccoli adulti" e si sentono in dovere di accudire i genitori
- ◆ Sono preoccupati per la salute dei genitori: non capiscono cosa sta succedendo e cercano di darsi una spiegazione da soli
- ◆ Si sentono in colpa per le difficoltà che possono esserci in famiglia
- ◆ Hanno difficoltà scolastiche e di relazione con adulti e coetanei

**L'obiettivo è migliorare la comunicazione tra i membri della famiglia e quindi il benessere generale**



**Un giro di boa** è un progetto gratuito che si rivolge a persone in carico ai servizi psichiatrici e delle dipendenze, ai loro partner e ai figli di età compresa tra i 3 e i 16 anni. Il percorso prevede incontri con i genitori, condotti da una psicologa e da un'educatrice professionale, per riflettere insieme su come i figli vivono il disagio psichico presente in famiglia e per aiutare gli adulti a trovare parole chiare e adatte all'età dei minori per spiegare tale disagio.

È possibile coinvolgere nel percorso anche i figli.

Per quelli di età compresa tra i 6 e i 16 anni sono previsti incontri che li aiutino a migliorare la capacità di affrontare le situazioni faticose, di esprimere ciò che provano e di non aver paura a fare domande.

Per le famiglie con bambini dai 3 ai 5 anni verrà organizzata una ludoteca a cadenza mensile, in modo da fornire ai piccoli uno spazio di gioco e ai genitori un momento di condivisione e confronto.