

# Promuovere la salute mentale coltivando luoghi abilitanti: il progetto Vineyard

---

Sviluppata nelle vigne delle Langhe, questa iniziativa si è dimostrata in grado di affrontare alcune sfide che riguardano la salute mentale attraverso interventi innovativi in grado di generare relazioni con soggetti eterogenei e orientati alla comunità. Ce la racconta Andrea Barbieri, psichiatra responsabile del Centro Diurno di Cuneo.

## Eleonora Rossero

La promozione e la protezione del benessere e della salute mentale sono riconosciute dall'Organizzazione Mondiale della Sanità come **priorità di salute pubblica**. Per rendere la salute mentale un diritto umano effettivo, l'OMS ha elaborato e poi aggiornato il Piano d'azione globale per la salute mentale 2013-2030, il quale individua fra i propri obiettivi l'erogazione di **servizi integrati nelle comunità locali** e lo sviluppo di interventi rivolti non solo alle persone con esperienza di disagio mentale ma alla più ampia cittadinanza, con particolare attenzione alle fasce della popolazione più giovani e a quelle più vulnerabili.

Per comprendere come questi principi possano tradursi in iniziative concrete, concorrendo alla costruzione di un **welfare di comunità**, abbiamo chiesto ad **Andrea Barbieri**, psichiatra responsabile del Centro Diurno di Cuneo (ASL CN1), di raccontarci del **progetto Vineyard**, nato del 2022 e oggetto di un recente contributo scientifico al dibattito internazionale.

Sviluppata nelle vigne delle Langhe, questa iniziativa si è infatti dimostrata in grado di affrontare alcune sfide che riguardano la salute mentale attraverso interventi innovativi in grado di generare relazioni con soggetti eterogenei e orientati alla comunità. Vediamo come.

***Dottor Barbieri, ci racconta come è nato il progetto Vineyard e quali sono le sue ambizioni?***

Il progetto è nato da una necessità che chi lavora nei servizi di salute mentale territoriali incontra quotidianamente nella propria pratica clinica: quella di proporre interventi efficaci

nel contribuire al **percorso di recovery** delle persone che ne sono protagoniste. Per raggiungere questo obiettivo è fondamentale ideare e poi realizzare delle attività significative, rilevanti per la persona e capaci di influire sull'immagine che questa ha di sé. Molto spesso, infatti, l'esperienza di un disturbo mentale incide sull'autopercezione, riducendo l'**autostima** e la **fiducia** nelle proprie possibilità. **Contrastare lo stigma** che attraversa le nostre società è importante, ma lo è altrettanto agire sul cosiddetto **auto-stigma**, che genera aspettative negative verso sé stessi e che può ostacolare il percorso terapeutico, con conseguenze particolarmente serie per i soggetti più giovani e per il loro progetto di vita.

### ***Quali attività sono state messe in campo per contrastare l'auto-stigma?***

L'attività cardine dell'intero progetto è rappresentata dalla pratica della **viticoltura**, intesa come pratica di cura volta a garantire lo sviluppo e il benessere della vite lungo tutto il ciclo stagionale. I partecipanti al progetto sono stati coinvolti dapprima, in una **fase pilota**, nella raccolta manuale dell'uva e, in seguito, nella totalità delle operazioni che scandiscono l'annualità in vigna. La raccolta dell'uva è tradizionalmente svolta a coppie: ciascun partecipante ha affiancato un viticoltore esperto, realizzando un'attività funzionale a consentire e sostenere l'**interazione sociale**. L'incontro con l'altro e la **relazione** rappresentano spesso una difficoltà e in quanto tale tendono a essere evitati, conducendo alla progressiva erosione dei contatti sociali e all'isolamento.

La **cassetta rossa** che tipicamente accoglie i grappoli d'uva appena raccolti ha rappresentato un **oggetto simbolico**, un nodo attorno al quale l'interazione – popolata di gesti, di parole ma anche di silenzi, di fatica condivisa, di un'intensità emotiva attenuata dal focus sul lavoro manuale – ha avuto modo di svilupparsi e di essere sostenuta. In questo modo l'esperienza ha generato nei partecipanti sentimenti di sorpresa e di orgoglio per “avercela fatta”, e ha sviluppato un forte senso di appartenenza al gruppo in virtù di quanto condiviso tra i filari. In alcuni casi l'esperienza si è impressa profondamente nei vissuti soggettivi, andando a comporre un “**paesaggio terapeutico della mente**” all'interno del quale l'identità e l'auto-rappresentazione della persona mutano e acquisiscono maggiore credibilità, forza e positività.

### ***Il progetto ha previsto la partecipazione attiva della comunità locale?***

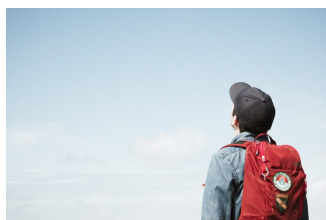
Il progetto è stato ospitato presso una **realtà viticola** delle Langhe estranea al contesto dei servizi socio-sanitari e ha coinvolto nelle fasi successive alla raccolta dell'uva una **scuola superiore** (l'IIS Govone di Alba) senza, tuttavia, venire espressamente inquadrato come ↗

intervento di promozione della salute mentale nelle scuole. Gli studenti e le studentesse del liceo artistico hanno lavorato alla realizzazione di illustrazioni, dipinti e opere plastiche a partire dall'ascolto delle esperienze dei partecipanti – loro coetanei – in vigna, catturati in forma di registrazione audio durante la conduzione di interviste individuali. In questo ascolto hanno potuto verificarsi **l'immedesimazione e la sintonizzazione empatica con i vissuti dei partecipanti**, avvicinando in una forma implicita due gruppi che normalmente sono separati dal pregiudizio e dallo stigma. Questo obiettivo è stato perseguito e ulteriormente ampliato nelle fasi successive a quella pilota.

### ***Quali evoluzioni ha seguito il progetto dopo la fase pilota?***

Durante la sperimentazione iniziale abbiamo osservato come l'attività uno-a-uno si sia rivelata un luogo protetto in cui sperimentarsi e a partire dal quale affacciarsi progressivamente al resto del gruppo e al mondo esterno. In altre parole, la raccolta dell'uva ha rappresentato un espediente finalizzato a sostenere la socialità, e dunque una **risorsa esportabile ad altri contesti**. A settembre 2022 abbiamo discusso i risultati preliminari alla conferenza internazionale dedicata alla salute mentale dei giovani, che ha incoraggiato un ulteriore sviluppo del progetto. Nel 2023 le attività si sono infatti spostate presso le **vigne didattiche** dell'istituto Umberto I di Alba, dove i partecipanti si sono presi cura della vite per tutto il ciclo naturale (dall'inverno alla vendemmia di fine estate) a fianco degli studenti e delle studentesse (*peer-training*) e sotto la supervisione del personale docente e tecnico (*co-training*).

## **L'impatto della pandemia sulla salute mentale e il benessere emotivo dei giovani**



In occasione dell'Anno Europeo dei Giovani, la Commissione UE ha pubblicato il report "The impact of the COVID-19 pandemic on the mental health of young people", una ricerca che analizza come i Paesi europei hanno affrontato le sfide poste dalla pandemia al benessere mentale ed emotivo dei giovani. In generale, secondo il report, gli Stati ... [Leggi tutto](#)

La collocazione dell'intervento in un contesto scolastico ha notevolmente ridotto la pressione e il timore di sbagliare, laddove l'errore era accolto come opportunità di



apprendimento per tutti. Il progetto ha così esplorato la **dimensione “peer” in una duplice prospettiva**: oggettiva/esterna (l'affiancamento di persone prossime l'una all'altra per età, che condividono registri interpretativi e comunicativi) e soggettiva/internalizzata (la collaborazione con gli studenti ha sostenuto i partecipanti nel *sentirsi* pari, nella misura in cui traiettorie biografiche alterate dall'insorgere di un disturbo hanno influito negativamente sulla loro rappresentazione di sé, sul sentirsi altezza dei coetanei e delle attese sociali).

La lunga durata del progetto (gennaio-settembre 2023) ha permesso che i timori iniziali di non saper “stare” nel contesto in maniera appropriata lasciassero il posto a un clima di progressiva familiarità, a scherzi e a sorrisi, al riconoscersi incontro dopo incontro, al **chiamarsi per nome** o soprannome. Nel contatto diretto, mediato dalle attività colturali sulle viti, partecipanti e studenti hanno potuto incontrarsi ed esperire l'instaurarsi di relazioni, l'espressione di sé e l'acquisizione di un ruolo riconosciuto dagli altri.

### ***In che modo è stato monitorato il progetto? Quali evidenze sono state raccolte?***

La ricerca che ha accompagnato il progetto, depositata nella Banca Dati di Progetti e Interventi di Prevenzione e Promozione della Salute del Dors Regione Piemonte, ha evidenziato come questo sia stato in grado di **contrastare sia l'auto-stigma sia lo stigma**. Nel primo caso, l'iniziativa ha disconfermato nei partecipanti le aspettative di fallimento e la svalutazione di sé, valorizzando le capacità e le caratteristiche soggettive di ciascuno. Nel secondo caso, l'esperienza formativa degli studenti accanto a persone con vissuti di disagio mentale (*contact-based education*) ha contribuito a screditare disinformazione e false credenze sul disagio psichico, riducendo il pensiero stereotipato e il desiderio di distanza sociale. In altre parole, il progetto ha mostrato come sia possibile (ed efficace) **fare informazione e de-stigmatizzazione all'interno della comunità**, senza mettere esplicitamente a tema a priori la salute mentale e le forme di disagio che la compromettono.

### ***Quale futuro si aspetta per questa iniziativa e per le azioni nel campo della salute mentale dei giovani?***

Gli esiti del progetto Vineyard sono promettenti e ci stanno ispirando a disegnare altri interventi orientati ai medesimi obiettivi di **inclusività, de-stigmatizzazione e orientamento** alla *recovery*. In particolare, la fruttuosa collaborazione con enti esterni ai servizi di salute mentale, presso contesti non usuali e attraverso attività terapeutiche non

tradizionali, ha stimolato **riflessioni più ampie** circa il tempo presente e le sue sfide.

## Una proposta di legge per la salute mentale dei giovani



Bisogna ripartire dalla prevenzione e rompere lo stigma sulla salute mentale. Il disagio psicologico e le ricadute sulla salute mentale dei giovani in seguito alla pandemia hanno messo in luce questo tema. La Rete degli studenti medi, insieme a Udu – Unione degli universitari e al sindacato dei pensionati Spi-Cgil hanno lavorato durante tutto lo scorso anno per ... [Leggi tutto](#)



Le molteplici manifestazioni di **disagio** espresse oggi da **giovani e giovanissimi** chiamano i professionisti a interrogarsi circa i propri strumenti e le lenti che indossano per interpretarle. Quella degli adolescenti e dei giovani adulti si mostra sempre più come una **popolazione culturalmente “altra”**, dotata di linguaggi e di rappresentazioni che sfidano le categorie interpretative dei saperi specialistici stessi. Si rende necessario accostarvisi **vestendo i panni dello “straniero”**, che approda a un nuovo contesto carico di immagini precostituite inadeguate e che deve **costruire con i propri ospiti un rinnovato orizzonte interpretativo comune**.

Gli interventi promossi dai servizi hanno bisogno di riflettere tale prospettiva, aprendosi all'inatteso e alla libera espressione delle istanze delle persone coinvolte. Ciò può realizzarsi solamente sviluppando interventi che incorporino le esigenze e le preferenze di individui e gruppi sociali, tenendo in considerazione le specificità locali e le risorse che i territori possono mettere a disposizione. Solamente attraverso la partecipazione attiva delle parti e le connessioni virtuose tra sguardi disciplinari, attori sociali e servizi diversi sarà possibile rispondere efficacemente alle esigenze odierne in materia di benessere e di salute mentale, **valorizzando le reti di relazioni che fondano la più ampia comunità**.

