

# Guida di auto-aiuto per le famiglie

*Promossa dalla Fondazione Alessandra Bisceglia, intitolata alla giornalista scomparsa a 28 anni*

**MILANO** - Spesso affrontano in solitudine le anomalie e le malformazioni che colpiscono fin dalla nascita i loro bambini, ma anche gli ostacoli quotidiani nell'accesso alle cure, ai servizi sociosanitari, ai bisogni di autonomia dei figli che crescono. Per dare supporto ai genitori, già provati emotivamente, arriva una guida di auto-aiuto "Verso l'autonomia possibile", curata dalla psicologa Maria Langellotti e realizzata grazie alla [Fondazione Alessandra Bisceglia - W Ale](#), dal nome della giornalista lucana scomparsa a soli 28 anni per una malformazione vascolare rara.

**TRASMETTERE IL MESSAGGIO "TU PUOI"** - «La guida vuole offrire strumenti concreti alle famiglie in modo che, facendo leva sulle istituzioni, i pediatri, la scuola, possano aiutare i loro figli a conquistare l'autonomia possibile, che non significa soltanto non dipendere da qualcuno, sapersi muovere o comunicare i propri bisogni, ma anche autodeterminazione, cioè la possibilità di fare delle scelte e prendere decisioni», afferma Langellotti. Nell'opuscolo sono analizzati i possibili fattori di rischio per lo sviluppo dell'autonomia, come per esempio il rifiuto e la negazione del problema, un'eccessiva protezione, o l'ansia e la paura che fanno aumentare il senso di vulnerabilità del piccolo. Vengono poi forniti consigli pratici su come favorire la fiducia del bambino in se stesso o su come gestire le difficoltà. «A volte i genitori si vergognano di chiedere aiuto - sottolinea la psicologa -. Farlo non significa essere deboli ma riconoscere i propri limiti e quindi poter contare su una rete sociale di sostegno, su parenti e amici. Possono essere utili anche le esperienze di gruppo guidate da uno psicologo, in cui è possibile condividere stati d'animo con famiglie che vivono gli stessi problemi». Chiedere aiuto non è solo un bisogno ma un diritto. Per questo l'opuscolo dedica un capitolo alle leggi in vigore a tutela delle persone con disabilità.

**FAMILIARIZZIAMO** - «La guida fa parte di un progetto più ampio "Familiarizziamo", che vuole fornire supporto psicologico alle famiglie, grazie anche alla consulenza di esperti che possono essere contattati online, sul sito della Fondazione - osserva la vicepresidente Raffaella Restaino, mamma di Alessandra -. Mia figlia si era trasferita a Roma per realizzare il suo sogno di diventare giornalista - ricorda la mamma -. Affrontava le mille difficoltà quotidiane spesso senza parlare della sua malattia, perché non voleva suscitare compassione. La sua autonomia possibile l'aveva raggiunta. E noi genitori le davamo il sostegno di cui aveva bisogno». Alessandra si era laureata all'Università Lumsa e, dopo gli stage in diverse redazioni, aveva cominciato a lavorare come autrice televisiva per la Rai e come collaboratrice della redazione romana del *Corriere*. Non si lasciava condizionare dalla sua malattia, anzi: la rendeva, insieme alla sua sedia a rotelle, quasi invisibile.

**LE STANZE DI ALE** - La Fondazione sta proseguendo il percorso di assistenza alle famiglie dei bambini che soffrono di malformazioni vascolari con un altro progetto, "Le stanze di Ale". «Il primo ambulatorio specializzato sulle anomalie vascolari lo apriremo in Basilicata - annuncia la vicepresidente -. Ci sarà un medico che sta seguendo il corso di specializzazione in chirurgia rigenerativa all'Università di Tor Vergata a Roma, col sostegno dalla Fondazione». La "stanza di Ale" offrirà ai familiari consulenza medica a partire dalla corretta diagnosi, ma darà anche informazioni utili sui centri nazionali ed esteri dove poter curare le malattie rare.

**Maria Giovanna Faiella**

**07 marzo 2011**