



Josy Battaglia, 43 anni, mi occupo della gestione di un servizio per l'inclusione lavorativa, sociale e abitativa di persone con disabilità psichiche, intellettive e fisiche a Poschiavo (GR), mia terra natia, dove vivo con la mia famiglia.

Mi sono avvicinato a *Stand by you Svizzera* perché ho conosciuto persone come Laura Regli, figlia e madre, ma soprattutto donna resiliente che sa donare forza e speranza ad altre persone che si trovano nella stessa situazione.

Tempo fa, una persona a cui voglio bene, è stata ricoverata d'urgenza in una clinica psichiatrica. Non sapendo bene come reagire, ho pensato che un modo per farle sentire la mia vicinanza fosse quello di mandarle un messaggio al giorno col cellulare per tutta la durata del suo ricovero. Nei 47 messaggi che le ho spedito, ho cercato le parole affinché il suo mondo rimanesse anche il mio mondo, e viceversa. Mi è sembrata la cosa più utile da fare, per provare a fermare il tempo, affinché ci sentissimo entrambi meno soli di fronte alla distanza che si era improvvisamente creata fra di noi.

Ascoltare, prendersi il tempo, e aiutare chi è in difficoltà è una fra le azioni più complesse, e al contempo probabilmente più necessarie, del nostro tempo; un tempo nel quale, la correlazione fra le nostre vite sempre più *frenetiche* e la *solitudine* di persone a noi vicine, sembra compiersi quotidianamente sotto i nostri occhi. Restare umani, a fronte di improvviso distacco sociale, è una sfida che riguarda tutti noi.

Nella vita di tutti i giorni, nell'ambito professionale come in quello privato, mi trovo spesso di fronte a persone che vivono situazioni difficili legate alla propria salute psichica. Oltre a spendermi in tutta l'accoglienza e la vicinanza di cui sono capace, cerco di concentrarmi sull'aspetto narrativo.

La filosofa Barbara Bleisch, in una recente conferenza dal titolo *Diversità e benessere*, ha affermato che *non si è disabili, ma si diventa disabili*, in quanto l'ineguaglianza non è dettata, come spesso si pensa, da una lotteria o dalla sorte, bensì dal modo in cui *arrediamo* (definiamo) il mondo in cui viviamo. La disabilità, e la diversità, dipendono essenzialmente da una questione di prospettiva. Ancora Bleisch a riguardo afferma per esempio come *una persona affetta da acondroplasia (una forma di nanismo) non sarà dunque semplicemente troppo piccola, mentre è il mondo che è troppo grande per lei*.

Sono convinto che dovremmo imparare a rapportarci alla sofferenza di natura psichica nello stesso modo, arredando e costruendo una società del futuro in cui questo tipo di sofferenza non porti all'esclusione delle persone che ne soffrono, bensì a prospettive inclusive. Se vogliamo raggiungere questo obiettivo, dovremo impegnarci e spenderci innanzitutto in favore di una narrazione che veda trasformare il *loro* problema in un *nostro* problema. È così che forse, un giorno, non si tratterà più unicamente della loro inadeguatezza, bensì della nostra capacità di comprensione.

A volte le parole, le storie che ci raccontiamo di fronte alla sofferenza, sono tutto ciò che ci rimane; parole che portano a delle conseguenze sociali. Quali vorremmo che fossero queste conseguenze se si trattasse di un nostro familiare o una persona a cui vogliamo bene? Se si trattasse di noi?