

Sei qui: [Home](#) > [Volume 27](#) > Salute mentale e orticoltura: una risposta attiva alla “noia” dell’istituzionalizzazione

### Volume 27 - 27 Dicembre 2023

---

## Salute mentale e orticoltura: una risposta attiva alla “noia” dell’istituzionalizzazione

### Autori

Starnini Michele, Melonari Elisa, Grignani Marco

*Ricevuto il 12/08/2023 – Accettato il 30/08/2023*

---

### Riassunto

In questo lavoro si propone un’esperienza di orticoltura terapeutica, un progetto eclettico, composto da tanti piccoli progetti con un fil rouge che tiene insieme la salute mentale, le buone pratiche e l’agricoltura. Si evidenzia, attraverso la narrazione di un’esperienza di ortoterapia in Umbria, accompagnata da una rassegna teorica, una possibile soluzione alla noia che spesso accompagna la vita di comunità.

---

### Abstract

This work proposes a therapeutic horticulture experience, an eclectic project, made up of many small

projects with a common thread that holds together mental health, good practices and agriculture. Through the narration of a horticultural therapy experience in Umbria, accompanied by a theoretical review, a possible solution to the boredom that often accompanies community life is highlighted.

---

*«l'orto è una metafora della nostra psiche,  
con questo delicato e sapiente intreccio di selvatico e di controllato,  
di spontaneo e di modellato,  
perché la sua ricchezza e complessità rispecchia la nostra natura interiore.  
La caduta delle foglie,  
la paralisi della vita durante l'inverno,  
lo schiudersi dei germogli,  
il movimento dell'acqua tra le rocce  
sono tutte esperienze che anche l'individuo fa,  
solo che le esprime con i concetti complessi della psicologia,  
mentre l'orto le esprime con il linguaggio della natura».*  
J. Hilman (2008)

Ci troviamo in Umbria, a Montelabate (frazione del Comune di Perugia collocata sulla zona nord, al confine con Gubbio); il progetto nasce nel 2009. A promuoverlo è stato il "gruppo famiglia Bastia", oggi Comunità Terapeutica "La Contessina", che afferisce al Centro di Salute Mentale (CSM) di Bastia Umbra. In quel periodo gli operatori (equipe multidisciplinari, infermieri, medici e soprattutto educatori) si interrogavano e discutevano prevalentemente intorno a tematiche che riguardavano le attività dei residenti della struttura - tutti pazienti psichiatrici - e su come riempire i sempre maggiori momenti senza contenuto, che caratterizzavano le giornate degli ospiti della comunità. Ci si domandava: una volta che si sono svolte tutte quelle attività di base: igienico-sanitarie cioè la cura di sé e la cura dei propri spazi e oggetti, come poter colmare il vuoto di un tempo passato in attesa? In attesa del pranzo, della sigaretta e del prossimo caffè? Come intervenire con proposte strategiche di attività mirate che potessero realmente ri/abilitare, rispettando comunque i desideri delle persone?

Per questo si decise di intervenire sui due sottogruppi di residenti; il primo, con un'età media alta, era composto da persone che provenivano dal manicomio (anche se non necessariamente "matti"), il secondo, da persone inviate dalla famiglia o dai servizi ed inserite successivamente. I due gruppi erano stati uniti dopo il terremoto del 1997 che aveva costretto a chiudere la struttura di Santa Maria degli Angeli a causa dell'inagibilità della casa che li accoglieva. Alcuni del primo gruppo, avevano da tempo imparato a coltivare la terra, grazie alla loro provenienza di cui avevano conservato le tradizioni. Nel contempo, grazie a continui confronti, all'inizio del nuovo secolo, nel nostro servizio stava nascendo l'esigenza di capire come aprirsi ai tanti giovani che stavano arrivando al CSM. Quello che si stava comprendendo e che diveniva fondamentale, era la necessità di costruire "qualcosa" che servisse e occupasse in chiave propositiva le persone che avrebbero vissuto in comunità e le persone che già ci vivevano.

Uno dei temi principali intorno al quale si discuteva quindi era la noia, che caratterizzava le giornate dei residenti, *"tutti seduti a non fare nulla come arance in un piatto"*. La noia può costituire una dimensione patologica, un sentimento concreto in un contesto definito. Questo stato, però, porta in sé delle possibilità

creative e rivoluzionarie. La noia diviene, certamente un momento di arresto, direbbe Leopardi *"quell'ozio, quella frivolezza di occupazioni o, meglio, di dissipazioni, quel "sentimento del nulla" che rende incapaci"*, ma anche e soprattutto un punto dal quale ripartire e sovvertire l'istituzionalizzazione (nei limiti del possibile e delle volontà). *"La vita debb'esser vita, cioè vera vita; o la morte la supera incomparabilmente di pregio"* risponde ad un costante convincimento leopardiano, secondo il quale un'esperienza vitale mossa ed intensa è *l'unico rimedio contro la noia; per lo stesso motivo elogia gli uccelli che mai sono sottoposti alla noia nel loro continuo spostarsi volando da un luogo all'altro"* (Leopardi, 1824).

Sottolineiamo anche che la parola noia deriva dal latino e significa "avere in odio".

---

## L'idea iniziale

«L'idea che avevamo, come educatori, era quella di concepire la noia, non come il semplice non avere qualcosa da fare, ma come un risultato della condizione di istituzionalizzazione, ovvero nel fatto di non riconoscere, da parte dell'istituzione, agli utenti la qualità di esseri umani con bisogni specifici e personali. In questo caso, i residenti avrebbero acquisito dignità e diritti se si fossero sperimentati in attività comprese in un insieme sociale, in un contesto più largo rispetto a quello comunitario, che travalicasse il gruppo di appartenenza e si contaminasse con altre realtà. In sintesi, consideravamo l'annoiarsi come produttore di un impoverimento della identità di una persona. L'idea era quella di rompere questa routine attraverso cose piacevoli, che si era in grado di fare o che semplicemente si aveva voglia di fare. Il passo successivo, quindi, sarebbe stato quello di costruire insieme qualcosa che potesse rispondere ai loro bisogni, alle loro aspettative e ai loro desideri. Dovevamo deviare, volgere all'esterno le loro esigenze.

Dopo diverse riunioni con i residenti della comunità e diverse mediazioni con le istituzioni private e pubbliche fu posto il primo seme. Il primo germoglio, ovvero il primo progetto di agricoltura nacque all'interno della comunità, dove esisteva un piccolo appezzamento di terra. Sapevamo bene che questa esperienza era solo il punto di partenza attraverso il quale ognuno di noi, residenti e educatori, dovevamo sperimentarci: dovevamo comprendere attraverso la pratica se un progetto di orticoltura con educatori e persone con problematiche psichiatriche fosse una buona idea, per colmare quel vuoto di cui avevamo tanto discusso. Era la mediazione necessaria, utile per un'elaborazione comune, prima di aprirci e creare una rete sociale. La mediazione necessaria, da far digerire a tutti, fa riferimento sia ai colleghi, in quanto non tutti avevano accettato l'idea di "sporcarsi le mani" e faticare più del necessario, sia ai dirigenti della cooperativa che avrebbero dovuto tenere nella giusta tensione la questione della sicurezza dei lavoratori con quella delle attività necessarie. Per circa quattro anni questa tensione è stata conflittuale: l'orticoltura necessitava di una strumentazione (zappe, vanghe, motozappe e seghe erano mezzi fondamentali per le attività interne alla comunità) che non era contemplata nel sistema di sicurezza e che però non poteva essere sostituita da nulla di più sicuro. Tra l'altro oltre al fatto che questi macchinari erano necessari per la coltivazione, per la prima volta si ribaltava un concetto: alcuni residenti erano insegnanti, ci insegnavano come fare le cose con gli strumenti elencati sopra e ci trasmettevano saperi, erano proprio loro e non gli educatori *a fare l'attività*. Con l'andare del tempo la curiosità delle possibilità cresceva, come cresceva la nostra capacità di saper fare. L'insegnamento che i residenti avevano fornito aveva iniziato a dare i suoi *frutti* su alcuni di noi educatori. Il gruppo di lavoro, formato da specifiche figure professionali che

collaborano è fondamentale, è un contributo importante nella cura contro l'abbandono, il senso di isolamento e di inutilità personale che per alcuni utenti sono probabilmente, caratteristici.

---

## Il progetto di Montelambate

Il trasferimento a Montelabate è avvenuto nel 2008. Nacque in maniera molto naturale, quasi casuale. Un giorno, andammo a vedere con una visita guidata, un'abbazia, aperta sporadicamente al pubblico. Ci sembrò un posto perfetto per il nostro progetto agricolo. La curiosità del nuovo, sperimentata e potenziata anche dalle gite all'estero (nota 1) che la comunità periodicamente faceva, ci spingeva con una dinamicità a trecentosessanta gradi, ogni occasione era buona per arricchirci e arricchire. Cercavamo anche di capire quello che piaceva a noi e quello che piaceva ai residenti. Era tutto magmatico, in divenire. E questo è rimasto anche oggi. In quella occasione scoprimmo che l'abbazia faceva capo alla Fondazione Gaslini, che nel territorio Perugino possedeva e possiede oltre 1800 ettari di terreni, 50 mila olivi e tutti i casolari inseriti in questo territorio. Tra le caratteristiche illustrateci dalla guida, che poi è l'amministratore delegato della azienda Fondi Rustici Montelabate, spin off della fondazione Gaslini, vi era la vocazione verso "il sociale" (nota 2) che aveva fatto nascere la fondazione stessa. Per noi fu un'ottima occasione per cominciare una nuova avventura, che iniziò con la raccolta delle olive. Ci sembrava di cogliere un'opportunità di ri/abilitazione psico-sociale (nota 3) per i seguenti motivi: 1. progettazione individualizzata e collettiva con le persone prese in carico; 2. si lavora in un ambiente tendenzialmente aperto; 3. non ci sono solo scopi sanitari ma attività volte all'incremento o all'apprendimento delle abilità.

Il progetto voleva creare uno spazio occupazionale non nel senso professionale, ma, come dicevamo all'inizio, di impegno/occupazione della dimensione spazio-temporale della persona. Quindi il prodotto realizzato (olio, frutta, verdura, uova, ecc...) non rappresentava e non rappresenta il fine, piuttosto si riconosce l'importanza della relazione che la persona stabilisce con gli educatori, con i vicini di casa, con i dipendenti dell'azienda, con figure professionali specializzate e con tutte le persone che gravitano direttamente e indirettamente intorno al progetto. Lo scopo condiviso è stato anche l'acquisizione di abilità e competenze, di rendere autonomi, di stimolare lo sviluppo delle capacità di interazione e partecipazione, di recuperare e valorizzare le parti sane delle persone che sono state coinvolte, cioè, mediamente, di 5/9 residenti. Potevamo, inoltre, almeno inizialmente, contare su risorse economiche conservate fino ad allora. Si trattava di donazioni provenienti da familiari degli ospiti o da ricavi di eventi. Successivamente ogni progetto riuscì ad autofinanziarsi, per esempio: la cura dell'uliveto portava alla produzione e vendita dell'olio. Per quanto riguardava e riguarda il costo del personale, le attività sono comprese nel turno di lavoro, con qualche straordinario.

---

## Dalla pratica alla teoria

A questo punto sembra importante connettere la pratica alla teoria. La curiosità si focalizza sul significato delle pratiche. Dare un nome a ciò che viene fatto può essere molto importante per l'attribuzione di significati a tutto ciò che si costruisce ed esperisce con il proprio corpo (*nominare per dominare*). Le teorie,

infatti, non dovrebbero essere distaccate dalle pratiche ma piuttosto dovrebbero essere metafore esplicative, ovvero sistemi aperti di idee finalizzate a costruire un linguaggio comune e incorniciare così l'evolversi delle storie delle persone che interagiscono nell'ambiente (ecologico) (nota 4).

La progettazione di attività come quella dell'orticoltura, si basa su diverse funzioni: abilitante, educativa, di animazione e sociale. Progettare attività per e con l'utenza, è un aspetto primario per le finalità e i principi che si intendono perseguire. È importante co-costruire un progetto personale dentro al quale teoria e pratica siano strettamente interconnesse. Nella vita di tutti noi le varie "attività" sono una parte preponderante, "fare" contribuisce ad "essere", dà senso alla nostra esistenza. Nel contempo però le attività realizzate, sia all'interno che all'esterno della comunità, dovrebbero sempre essere orientate al rispetto della globalità della persona, al soddisfacimento dei suoi bisogni, alla realizzazione dei propri desideri e al miglioramento della qualità della vita (QdV).

L'orticoltura terapeutica è considerata un metodo ri/abilitativo (attività complementare alla psicoterapia e alla farmacologia, che recupera e ripristina funzioni da un lato e abilita a nuove funzioni dall'altro) del disagio e della disabilità ed appartiene all'ambito delle terapie occupazionali. Consiste nell'incentivare, nel preparare e nell'affiancare il soggetto nella cura e nella gestione del verde, nella coltivazione di fiori, ortaggi ed altre piante (Castellani A. 2011). L'orto (ma anche l'uliveto, il giardino, il pollaio, ecc.) diviene spazio di cura, il setting dell'intervento riabilitativo. Secondo l'American Horticultural Therapy Association (AHTA), questo metodo è: *"l'impegno di un cliente/utente in attività orticole, facilitate da un terapeuta esperto per raggiungere obiettivi terapeutici specifici e documentati"* (nota 5). AHTA ritiene inoltre che la terapia tramite l'orticoltura sia un processo attivo che si verifica nel contesto di un piano di trattamento stabilito, dove l'andamento considerato è il percorso terapeutico piuttosto che il prodotto finale.

---

## Scegliere l'agricoltura

L'agricoltura è poliedrica, può essere utilizzata per soddisfare diversi bisogni (anche terapeutici come esaminato), in quanto le attività sono innumerevoli e possono agire su più livelli della persona che la pratica. Prima di ogni altra cosa si lavora con materiale vivo: le piante; inoltre, le singole mansioni possono essere presentate a chi partecipa in vari modi a seconda delle abilità e delle potenzialità di ognuno; permette anche di ottenere buoni risultati e gratificazioni in diverse sfere, contemporaneamente.

Favorisce relazioni reciproche tra natura e persone e tra le persone, in quanto il lavoro agricolo può essere semplice e stimolante da eseguire e il contesto agricolo, adatto per accogliere persone che in altri contesti potrebbero essere emarginate e/o stigmatizzate. I ritmi non sono incalzanti, i lavori e le pratiche che si possono svolgere sono poco ripetitive o comunque cicliche. Tutti sono partecipi del risultato, anche coloro che possono sembrare svolgere funzioni marginali, come pulizia e manutenzione delle aree. In ogni caso i prodotti raccolti non portano i segni dei disagi delle persone e non discriminano. Prendersi cura dell'orto, di uno spazio, di un altro essere vivente, sembra affondare nelle radici, nelle fondamenta del ciclo di vita. Si può percepire e apprendere il concetto di "rete" in quanto la natura non conosce settori, tutto è collegato e ciclico. In natura non c'è mai una vera e propria fine piuttosto c'è una trasformazione e un'evoluzione continua. Il lavoro corporeo insieme alle relazioni, stimolano e *mettono in campo* l'autoefficacia delle

persone: acquisire la fiducia nelle proprie capacità e ottenere gli effetti voluti con la propria azione. "Al centro dell'interesse sono i modi in cui la capacità di agire dei soggetti produce possibilità di salute, nel momento stesso in cui sperimenta nuove modalità di cura, proiettandosi nella sfera pubblica e allargando gli spazi per l'esercizio attivo dei diritti" (Minelli, 2020 p.155). Altro ingrediente immancabile, grazie al quale si auspica un buon funzionamento e riuscita di questa pratica è quello che Bion definisce "*un buono spirito di gruppo*". Questo permette agli elementi che compongono il gruppo di attingere alle risorse del gruppo stesso, per gestire in modo creativo e costruttivo i conflitti. I fattori che favoriscono la formazione di un buon spirito di gruppo e che in questo caso ci interessano maggiormente sono: avere uno scopo comune, riconoscere i legami del gruppo la loro funzione anche rispetto ad altri gruppi, essere capaci di accogliere e assorbire nuovi membri, valutare e valorizzare il contributo di ogni singolo soggetto (Bion, 1971).

Come tutte le pratiche, anche in quella orticentrale, ci possono essere dei pro e contro.

Gli *aspetti positivi* si collocano, in un certo senso in quella che abbiamo definito la poliedricità dell'agricoltura e si possono individuare in psicologici, cognitivi, sociali, fisici e della sfera educativa (nota 6). Alcuni più significativi e facilmente individuabili: raggiungere risultati attraverso il prendersi cura del terreno che si sta lavorando (piantare, seminare, raccogliere); rinforzare la capacità di attendere con pazienza la gratificazione del proprio lavoro; valorizzare la progettazione e la sperimentazione a favore di un senso di responsabilità, di autostima e di gestione della frustrazione; stimolare i sensi; intensificare le relazioni; sviluppare motricità e capacità di concentrazione; trasformare prodotti (quindi altre attività, progetti e relazioni).

Gli *aspetti negativi* possono riguardare: piccoli traumi, ingestione di sostanze non adeguate e allergie; rischio di aggressioni con gli attrezzi (peraltro mai avvenute), come si accennava all'inizio, quando si parlava della pericolosità degli strumenti da utilizzare in campagna. Quest'attività inoltre potrebbe non essere adatta a tutti, per esempio sarebbe alquanto controproducente una situazione in cui uno stimolo (attività agricola) riportasse il soggetto a una precedente esperienza traumatica (trigger).

Attraverso questa pratica emerge poi una parte metaforica (vedi Tabella 1), che, direttamente e indirettamente, interessa i partecipanti. Ogni volta che parliamo delle nostre attività parliamo di noi e di strumenti a disposizione che la natura offre all'infinito.

---

## La rete di Montelambate

Nel nostro caso la natura ci ha offerto un'altra apertura. Prendere coscienza del concetto e del bisogno di una rete, ci ha spinto come gruppo, a lavorare sulla fiducia. Abbiamo notato come il corpo sia diventato un modo per esplorare il mondo, un modo che va aldilà della mente e del pensiero ma piuttosto un corpo che tocca gli oggetti, tocca con mano la natura, ed è proprio attraverso queste ri/scoperte delle cose del mondo che il corpo si ri/conosce. Per questo le persone che arrivano a Montelabate non fanno più una esperienza diretta tramite l'intelletto ma attraverso il proprio corpo. E' un modo per far riappropriare le persone della loro fiducia attraverso una nuova stimolazione della vista, del tatto, dell'udito, del gusto e dell'olfatto. La "vision" che ci ha accompagnati è stata: *l'apertura dei corpi al mondo come modo per avere un corpo ed avere un mondo*. Tale approccio ci ha veramente aiutato a vedere la persona come il risultato della relazione

che ha con il mondo circostante.

Anche sul piano della costruzione delle reti concrete l'ambiente di Montelabate è stato molto stimolante, non solo da un punto di vista delle attività agricole ma per tutte le sollecitazioni che ci sono state offerte e che abbiamo creato o agito. La relazione con le famiglie vicine, con i dipendenti, con le associazioni (Fai, fotografiche, podistiche, associazione di pittori, cacciatori) hanno accorciato la distanza tra il nostro ambiente e il resto del mondo integrandolo, contaminandolo e trasformandolo. Dopo aver superato la diffidenza iniziale, dettata dal pregiudizio spesso reciproco, ha fatto la differenza, la capacità di "porre in essere" un'attività come quella agricola, riconoscibile e di valore. Realizzare un prodotto che fosse anche di qualità. L'inserimento nel mondo del lavoro e la creazione di una rete sociale stava mettendo tra parentesi il concetto di malattia mentale e stava valorizzando quello lavorativo. Per tanto chi lavorava meglio diventava l'interlocutore privilegiato e il referente del *"progetto nel progetto"* di cui si occupava con dedizione e successo.

Elenchiamo le attività che si sono svolte nel tempo: messa a dimora di un orto sia invernale che estivo di circa mille metri quadrati, cura di un lavandeto di circa cinquemila metri quadrati, cura di un oliveto di circa trecento olivi, cura di una porzione di vigna adiacente, dove produciamo il Vin Santo. Questa attività, oltre la raccolta e la stesura dell'uva, ha previsto anche la selezione delle uve, chicco per chicco e la costruzione di tralicci in legno dove vengono appoggiate; abbiamo infine partecipato al processo di imbottigliamento ed etichettatura. Per le etichette, abbiamo promosso una gara di disegno, e, con tutti i partecipanti alle attività, abbiamo votato quella che ci piaceva di più. Lo stesso procedimento è avvenuto anche per l'olio essenziale di lavanda, ecc. ecc. Successivamente, abbiamo stabilito un rapporto con l'associazione degli avicoltori che nella pratica è divenuto: "abbiamo un pollaio", tutto costruito da noi, vissuto da galline, anche di razze particolari, fornite dalla stessa associazione. Anche in questo senso possiamo dire che ognuno, in queste attività ha trovato la possibilità di collocarsi, di sperimentarsi e divenire esperto in un ramo specifico. Queste esperienze oramai hanno circa 20 anni di sperimentazione, tanto che stiamo partecipando alla creazione di un prodotto che porti il Marchio dell'Umbria di agricoltura sociale in collaborazione con altri progetti e realtà a sostegno di un lavoro cooperativo più comprensivo.

## **Orto: esempi di situazioni che possono essere utilizzate con significato metaforico**

<b>Mettere radici</b>	Significa stabilizzarsi, abitare e vivere un luogo.
<b>Temporanea mancanza di risorse</b>	Un esempio attuale: in momenti di scarsità idrica la pianta approfondisce le proprie radici più lentamente e va più in profondità.
<b>Cambiamento</b>	Il cambiamento di ambiente può far rivivere una pianta (e una persona): da un rametto insignificante può scaturire fuori un fiore bellissimo "dai diamanti non nasce niente dal letame nascono i fior" (Cit.)
<b>Differenze</b>	Per esempio, tutti i tipi di fiori bianchi (meno vistosi) sono particolarmente profumati. Non tutti i semi ci mettono lo stesso tempo a germinare. In natura le imperfezioni sono normali.
<b>Prendersi cura</b>	I risultati della cura delle piante da parte delle persone, dipende dalla loro sincerità e dedizione, quindi dalla qualità della relazione. La pianta se ben curata mette radici dove sta bene e cresce (anche la persona).
<b>Eliminare ciò di cui non abbiamo bisogno</b>	Potare rami secchi incoraggia una nuova crescita o libera le piante da altre che le soffocano
<b>Consociazione</b>	"consociazione" tra le piante in un orto, anche se differenti (ortaggio, fiore o aromatica) si mettono accanto, in quanto "una fa bene all'altra". Questa è una semplice metafora che ci permette però una chiara ed efficace immagine della relazione.
<b>Ciclo di vita e sviluppo</b>	I rifiuti sono preziosi perché fanno crescere altre piante. La variabilità della natura è come la variabilità della vita. Il ciclo delle piante, delle stagioni, del giardino è come il ciclo della vita umana.
<b>Malattia/Morte</b>	Le malattie fanno parte della vita della pianta che se ben curata continua a vivere. Nel giardino sembra non succeda niente ma accadono grandi cose. Non sempre tutto è bello, tutto è in ordine, tutto è sano in un orto. In caso di morte la pianta diviene nutrimento per la terra.

Tabella 1 (Melonari, 2019)

## Conclusioni

Come si evince da questa esperienza, l'idea di ambiente e di natura è da associare a quella dell'opera umana. Non possiamo soffermarci sul pensiero di una natura matrigna o di una benigna, perché questo rappresenta ciò che scaturisce dall' "errore leopardiano" che dialettizza l'antropocentrismo di derivazione illuminista e romantica (nota 7). Dobbiamo invece rivolgerci al modello, più volte ripetuto, della relazione tra essere vivente e ambiente e a quello della costruzione di reti relazionali.

Esse rappresentano in fondo declinazioni pratiche dell'idea di complessità, che può invece aiutarci a rendere più comprensibili in questo momento storico alcune antinomie che sono purtroppo culminate, anche, nella attuale condizione di guerra o in quella, sempre presente, delle migrazioni per cause climatiche. La realtà dei fatti è che il grano non viene più esportato, i carri armati distruggono i campi coltivati, la centrale nucleare rischia di esplodere causando una catastrofe, le persone vivono in condizioni igienico sanitarie pessime e a rischio di malattie infettive. In questo senso, un diverso rispetto per la natura, della quale crediamo con forza di essere parte integrante e non solo dominatori e sfruttatori di risorse, può consentire a tutte le persone una diversa condizione interiore. Riconoscere forze opposte, (creatrici e distruttive) e la possibilità di utilizzare pulsioni di vita e pulsioni di morte impastate tra loro e non separate, è auspicabile per ottenere un risultato nella coltivazione della terra (e di noi stessi) e nel trarne prodotti

sostenibili e rispettosi. Tutto ciò serve a ricreare in tutti noi (compresi gli abitanti delle comunità psichiatriche) condizioni di maggiore integrazione tra corpo e mente e di una diversa elaborazione dei vissuti catastrofici di cui sono portatori molti dei nostri pazienti.

L'approccio orticolturale può essere una risposta attiva alla noia dell'istituzionalizzazione, ma anche una proposta attiva contro le forze distruttive che oggi spingono il mondo verso la catastrofe. Questa pratica possiede tutte le caratteristiche e potenzialità per contribuire a produrre conoscenza (attraverso narrazioni esperienziali) e consapevolezza, atte a ostacolare la marginalità dei pazienti della salute mentale a favore della costruzione di reti e di relazioni circolari in un'ottica sistemica di intendere lo sviluppo (nota 8). È onnicomprensiva, nel bene e nel male, sia a livello individuale che collettivo, in quanto tutte le sfere della vita sono coinvolte e possono essere attraversate per raggiungere grandi obiettivi.

---

## Note

(1) Dal 2000 erano iniziate anche le nostre vacanze, sempre in chiave esperienziale, che andavano aldilà dei confini nazionali. Budapest, Praga, Londra, Barcellona, Madrid e Parigi. Nel 2008 andammo con un nostro residente in Argentina con una delegazione calcistica a festeggiare la chiusura dei manicomi.

(2) Modo degli addetti ai lavori di riferirsi al terzo settore.

(3) L'Organizzazione Mondiale della Sanità definisce la riabilitazione psicosociale «un processo che deve facilitare agli individui che abbiano un danno, una disabilità o un handicap dovuto ad una malattia mentale, tutte le opportunità per raggiungere il proprio livello ottimale di funzionamento».

(4) Urie Bronfenbrenner, scriveva «L'affermare che lo sviluppo umano è il prodotto dell'interazione tra l'organismo umano che cresce e il suo ambiente, costituisce per le scienze del comportamento, quasi un luogo comune (...). Ci si aspetterebbe pertanto che la psicologia abbia come oggetto di ricerca l'individuo e l'ambiente, con una speciale attenzione per l'interazione tra essi» (U. Bronfenbrenner, 1986, p. 47-48). «L'ecologia dello sviluppo umano implica lo studio scientifico del progressivo adattamento reciproco tra un essere umano attivo che sta crescendo e le proprietà, mutevoli, delle situazioni ambientali immediate in cui l'individuo in via di sviluppo vive, anche nel senso di definire come questo processo è determinato dalle relazioni esistenti tra le varie situazioni ambientali e dai contesti più ampi di cui le prime fanno parte» (Ibidem, p. 54-55).

(5) Quando AHTA, parla di terapeuta esperto intende un terapeuta orticolturale figura professionale esistente negli Stati Uniti.

(6) Studi longitudinali hanno dimostrato che l'impatto dell'ortoterapia ha effetti positivi immediati sulla soddisfazione della vita e la percezione di sé (Perrins-Margalis et al., 2000). I livelli di stress e la fatica mentale si riducono, mentre cresce l'integrazione sociale e culturale (Adevi A. A., Lieberg M. 2012). Ricerche qualitative hanno rilevato che si assume un senso di comunità, di apprendimento, di nuove abilità e possibilità di inserimento sociale (Gezondheidsraad, 2004). A livello psicologico si sono verificate conseguenze positive per la salute dei partecipanti in quanto migliora l'umore (Wichrowski et al., 2005; Whitehouse et al., 2001), riduce l'ansia, allevia la depressione, aumenta il senso di controllo; migliora la

sensazione del proprio valore arricchendo le interazioni interpersonali capaci di fornire migliori schemi di funzionamento sociale (Relf et al., 1992). Ancora, per quanto riguarda la sfera emotiva: le possibili scariche di tensione ed eventuali atti incongrui, aggressivi e/o violenti attuati dal soggetto non trovano reazione da parte del mondo vegetale. Il soggetto ha così la possibilità di sentirsi maggiormente accettato e di riconoscere, gestire ed esprimere meglio le proprie emozioni e successivamente di modulare l'aggressività (<http://www.greenchimneys.org/>). Anche dal punto di vista medico l'Ortoterapia promuove la salute fisica, migliorando la risposta immunitaria (Hartig et al., 1991; Ulrich et al., 1991; Ulrich e Parsons 1992; Ulrich 1999), la motricità fine e grossolana e il coordinamento oculo-manuale (Moore B.1989); inoltre la pressione arteriosa migliora facendo così diminuire la frequenza cardiaca e aumentando il colesterolo protettivo (Wichrowski et al., 2005).

(7) Leopardi, infatti, pur criticando l'antropocentrismo illuminista e romantico si pone in una posizione secondo cui la natura è indifferente alla felicità umana, proponendo una diversità tra uomo e natura che in nessun modo può oggi rispecchiare il modello a cui ci siamo ispirati, che prevede invece una collaborazione costante ed una cura reciproca tra uomo e natura.

(8) Lo sviluppo umano è il prodotto del flusso di transazioni tra persona e contesto. Non solo la nostra mente e le nostre azioni, ma anche gli ambienti contengono tracce del passato e predisposizioni verso il futuro. Il processo principale del mutamento dello sviluppo umano riguarda i cambiamenti delle relazioni tra i livelli di funzionamento della persona intesa come sistema aperto interconnessa con gli ambienti che vive nel quotidiano" (D.H. Ford, R.M. Lerner, 1992).

---

## Note biografiche

Starnini Michele nato a Torgiano in provincia di Perugia nel 1972. Laureato alla facoltà di scienze politiche nel 2001. Lavora in cooperativa Asad dal marzo del 2001 come educatore nella comunità terapeutica "La Contessina". Collabora e partecipa alle attività della casa editrici "Sensibili alle foglie". Si forma in fotografia terapeutica e ortoterapia.

Melonari Elisa, di origine marchigiana studia, scrive e lavora in diverse regioni italiane, dal 2020 vive in Valle d'Aosta. Si laurea in Psicologia all'Università degli Studi di Perugia, consegue due tesi sulla Terapia Orticolturale, una rassegna di studi (triennale) e una tesi sperimentale dal titolo «Coltivare la Narrazione. Esperienze e Significati di Riabilitazione socio-psico-educativa tramite l'orticoltura» (magistrale). È operatore in ortoterapia e attualmente coordina per una Cooperativa di Aosta una Comunità Protetta per persone con disabilità psico-fisica.

Marco Grignani, psichiatra, psicoanalista SPI IPA dopo avere diretto varie strutture complesse del DSM USL Umbria 1 è attualmente il Direttore del DSM della stessa USL. In precedenza aveva diretto il Dipartimento materno-infantile territoriale della USL N° 3 dell'Umbria e le strutture riabilitative dello Stesso territorio.

---

## Bibliografia

Adevi A, Mårtensson F, "Stress rehabilitation through garden therapy: The garden as a place in the recovery from stress". 2013, *Urban Forestry & Urban Greening*, Volume 12, Issue 2.

AHTA: American Horticultural Therapy Association, "Definitions and Positions". 2012  
<https://www.ahta.org/>.

Anguillari E (a cura di), Ferrario V, Gissi E, Lancerini E, "Paesaggio e benessere". 2011, Franco Angeli, Milano.

Bandura A, "Autoefficacia: teoria e applicazioni". 1997, Erikson 2000, Roma.

Bateson G, "Verso un'ecologia della mente". 1977, Adelphi, Milano.

Bion W. R., "Esperienze nei gruppi". 1971, Armando Editore, Roma.

Bronfenbrenner U, "Ecologia dello sviluppo umano". 1979/1986, Il Mulino, Bologna.

Bruner J, "La ricerca del significato". 1992, Bollati Boringhieri, Torino.

Castellani A. (a cura di) Cristina Borghi, Silvia Coltri et al; "Manuale per l'approccio orticolturale nella ri/abilitazione della Disabilità Intellettiva". 2011, Girardi Print Factory, Legnano (VR).

Ciaperoni A., D. Jacovo F., Senni S. (a cura di), "Agricoltura Sociale: riconoscimento e validazione delle pratiche inclusive nel welfare locale". 2008, Quaderni AIAB, Roma.

Cunningham Piergrossi J, "Essere nel fare. Introduzione alla terapia occupazionale". 2006, (pp. 272), Franco Angeli, Milano.

Del Corno F, Lang M, "Elementi di Psicologia Clinica". 2014, Franco Angeli Editore, Milano.

di. Collana di antropologia ed. Seid.

Di Jacovo F, "Agricoltura Sociale, quando le campagne coltivano valori". 2012, F. Angeli Editore, Milano.

Ferri G, Pavoncello D, Spagnolo A, "Le prospettive di impiego delle persone con disturbi psichici: Opportunità e barriere nei contesti aziendali". 2014, I Libri del FSE n. 197, Roma.

Ford DH, Lerner RM, "Teoria dei Sistemi Evolutivi". 1995, Raffaello Cortina Editore, Milano.

Goto S., Kamal N., Puzio H., et al; "Psychological and Biological Response to Three Landscapes in Japan: A Pilot". *Journal of Therapeutic Horticulture* 23.1 – 2013. Kam MCY, Siu AMH, "Evaluation of a horticultural activity programme for persons with psychiatric illness". 2010, *HKJOT*; 20(2):80–86.

Kamioka H, Tsutani K, Yamada M, et al; "Effectiveness of horticultural therapy: A systematic review of randomized controlled trials". 2014, *Complementary Therapies in Medicine*, Volume 22, Issue 5.

kaplan R, "Some Psychological Benefits of Gardening". *Environment and Behavior*. 1973. 5:2:145-161.

Leopardi G, "Elogio degli Uccelli" in "Operette Morali". 1824.

Lewis CA, "People/plant interaction: Human perspectives in horticulture". *Hort Science* 1976. 11:4–5.

Mackenzie E, Agard B, Portella C, et al; "Horticultural therapy in long-term care settings". *Journal of American Medical Directors Association*, 2000. 1(2): 69-73.

Mantler A, Logan AC, "Natural environments and mental health". *Advances in Integrative Medicine* 2015. 2: 5–12-

Minelli M, "Salute mentale e territorio". 2020, Fondazione Angelo Celli per una cultura della salute. Argo (pp129-162), Perugia.

Pastor Simson S, Straus MC, (a cura di), "Horticulture as Therapy: Principles and Practice". 1997, (p.3-5).  
Editors-

Perrins-Margalis N, Rugletic J, Schepis N, et al; "The immediate effects of group-based horticulture on the quality of life of persons with chronic mental illness". Occupational Therapy in Mental Health, 2000. 16(1), 15-30.

Perrins-Margalis, Rugletic J, Nicole M et al; "The Immediate Effects of a Group-Based Horticulture Experience on the Quality of Life of Persons with Chronic Mental Illness". 2008, DOI: 10.1300/J004v16n01\_02 (p. 15-32). Pfeffer JC, Deyton DE, Fly JM, "Survey of Horticultural Therapy Programmi in Tennessee". Journal of Therapeutic Horticulture 19 – 2009.

Righetto C, "Giardini per rivivere: orticoltura e giardinaggio a fini terapeutici in contesti sanitari". Tesi Dottorato di Ricerca in Scienze agroambientali, UNIBO, 2015.

Relf D, (a cura di), "The Role of Horticulture and Human Well-Being". Timber Press, 1992.

Romano D, "Le potenzialità dell'orticoltura terapeutica". 2012, Biancavilla, Università degli Studi di Catania Dipartimento di Scienze delle Produzioni Agrarie e alimentari.

Sahlin E, Matuszczyk J V, Ahlborg G, Grahn P, "How do Participants in Nature-Based Therapy Experience and Evaluate Their Rehabilitation?". Journal of Therapeutic Horticulture 22.1 – 2012.

Sempik J, Aldridge J, Becker S, "Health, Well-being and Social Inclusion, Therapeutic Horticulture in the UK". 2015, Bristol: The Policy Press.

Stein L K, "Horticultural therapy in residential long-term care: applications from research on health, aging and institutional life". In: S. E. Wells, "Horticultural therapy and the older adult population". 1997, New York, The Haworth Press, Inc. (pp. 107-124).

Szofran J, Meyer S, "Horticultural Therapy in a Mental Health Day Program". Journal-therapeutic-horticulture-15-2004.

Telfener U, "Apprendere i Contesti". 2011, Raffaello Cortina Editore, Milano.

Ulrich R S, "Effects of gardens on health outcomes: Theory and research". In C. Cooper-Marcus & M. Barnes (Eds.), "Healing Gardens: Therapeutic Benefits and Design Recommendations". 1999, New York: John Wiley, (pp. 27-86).

Valentino N, (a cura di)"La Contessina". 2012, Sensibili alle foglie, Roma.

Wichrowski MJ, Whiteson J, Haas F, Mola A & Rey M J, "Effects of horticultural therapy on mood and heart rate in patients participating in an inpatient cardiopulmonary rehabilitation programme". 2005, Journal of Cardiopulmonary Rehabilitation, 25, (pp. 270–274).

Wichrowski MJ, "Skills and Theories to Inform Horticultural Therapy Practice". 2006, Journal of Therapeutic Horticulture 17 (pp.48-54).

Yuh-Min C, Jeng-Yi J, "Effects of Horticultural on Psychosocial Health in Older Nursing Home Residents: A

Preliminary Study". 2015, Journal of Nursing Research. 23(3):167-171.

© 2010-2023 - [Nuova Rassegna di Studi Psichiatrici](#) - [Termini di utilizzo](#) - [Privacy](#) - [Informativa cookie](#) - [Azienda USL Toscana sud est](#)