

# Incontriamo Mizba

*Una storia di discriminazione  
sensoriale, sul modo di  
affrontare la scuola e sulla  
salute mentale*

*Illustrated by Jacinta Read*



Attenzione, ci sono riferimenti all'autolesionismo / ideazioni suicidarie, la storia di Mizba racconta di una grave crisi mentale e può urtare la sensibilità del lettore.

Incontriamo Mizba. Mizba ha 11 anni, le piace il calcio, le stampe 3-D e la lettura, in particolare le piace leggere la serie di libri di Aru Shah. Mizba è, a scuola, tra le più dotate ed è sempre la prima ad essere scelta per la gara di Brain Bowl. Le è sempre piaciuto partecipare alle lezioni di ginnastica artistica e vorrebbe dedicarsi agli sport di gruppo, ma li trova difficili.

A pranzo è sempre  
seduta da sola e  
nessuno la invitata  
a giocare dopo  
la scuola.



Pare che per Miza studiare sia semplice , ma in realtà ciò le richiede un grande sforzo perché trova la scuola incredibilmente stressante. Organizzare i suoi materiali, trovare gli oggetti nella borsa, chiudere il suo astuccio, stare seduta immobile sulla sedia e chiudere delicatamente la porta della classe sono tutti compiti che richiedono molto impegno per Mizba.



Ora alle medie trova ancora più stressante gestire gli oggetti scolastici, accedere e organizzare un armadietto e rispettare l'orario della classe. Le uniche cose in cui sente di riuscire è seguire le regole e ottenere voti A+. Oggi Mizba prende una B su un compito di geografia. Oggi Mizba prende una B su un compito di geografia.

Mizba è in preda al panico. Ha paura che per causa di questo voto non riuscirà ad essere “lo studente dell’anno”; perderà l’opportunità di essere perfetta. Le “batterie” di Mizba si scaricano velocemente perché si impegna duramente per essere organizzata nell’ambiente scolastico, consumando così tanta energia. La fiducia in sé stessa e nel contesto sociale sono grandi sfide e la prosciugano, così quando torna a casa da scuola è stanca e triste. Non riesce a recuperare da questo stress e le sembra che il mondo le cada addosso.





Mizba ha detto ai suoi genitori di sentirsi male, ora è nella sua stanza e ha la percezione di andare a pezzi. E' disperata, esausta e vuota. Sente una fitta al petto. Mentre le lacrime scendono, si morde il labbro per non singhiozzare a causa di questo dolore, del senso di panico e disperazione.



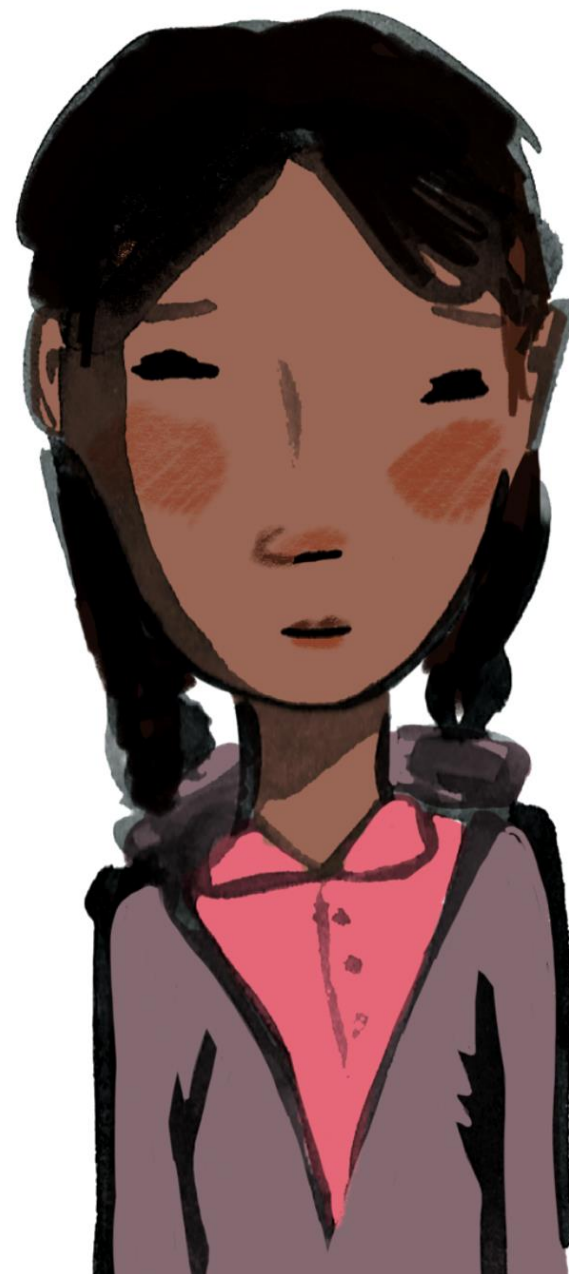
Mizba comincia a pensare ad alcuni modi drastici per porre fine a queste terribili sensazioni.

A volte le differenze di integrazione sensoriale sono origine di diverse modalità con le quali si registrano e si percepiscono le sensazioni delle quali, però, non si è in grado di discriminare i diversi significati. Quando ciò accade, possiamo facilmente diventare confusi soprattutto in situazioni dinamiche e impegnative in cui ci viene chiesto di svolgere ed organizzare più compiti contemporaneamente. Le necessità individuali sono diverse, potrebbe essere necessario più tempo perché si è più lenti degli altri (in questo caso i compagni) per riuscire a portare termine i compiti.



Ogni anno, gli studenti delle scuole medie e superiori che hanno "tenuto duro", nonostante le differenze nell'elaborazione sensoriale, entrano improvvisamente in crisi quando le richieste della scuola e le esigenze sensoriali si sommano diventando eccessive, pesanti e quindi insopportabili.

A questo punto il sostegno psicologico e la terapia occupazionale devono lavorare insieme per fornire un supporto efficace alla costruzione del benessere psicologico.



La mancata consapevolezza di tali differenze porta ad una lotta continua che può causare uno sviluppo non adeguato delle competenze sociali e scarsa fiducia nelle proprie possibilità di far fronte e risolvere i problemi.

Le capacità di resilienza – la nostra possibilità di recupero dallo stress – possono essere compromesse con una ricaduta sulla salute mentale.

## *La salute sensoriale salva la vita.*

Il padre di Mizba decide di andare a controllare cosa sta accadendo, hanno chiamato Mizba per la cena ma lei non ha risposto. La trova in camera sconvolta, si accorge che stava cercando su internet video impressionanti, la ragazza cerca di nascondere al padre quello che stava facendo. I genitori decidono di accompagnarla da un consulente, che, guarda caso, è formato e capace di comprendere ed agire nel campo dell'integrazione sensoriale.

Mizba e il suo consulente lavorano con un terapeuta occupazionale che inizia una valutazione completa sull'integrazione sensoriale. Insieme scoprono che Mizba ha significative differenze nella discriminazione che non le permettono di identificare il significato delle sensazioni che prova. Per lei è difficile esplorare gli oggetti con il solo tatto o con la sola vista e completare con successo i compiti fino-motori.

Seguendo le raccomandazioni della terapeuta occupazionale Mizba, la sua famiglia e il suo consulente, costruiscono uno stile di vita sensoriale che include divertimento, gioia e relazioni di successo con i coetanei. Mizba inizia a sentirsi molto meglio e impara che è brava in qualcosa di più di un semplice compito accademico.



La storia di Mizba ti suona familiare?

Per un aiuto e per richiedere una valutazione sul profilo ed elaborazione sensoriale contatta la tua scuola, la pratica locale di terapia occupazionale certificata in integrazione sensoriale, oppure chiama lo **STAR Institute**, saremo lieti di guidarvi.

Se tu, un membro della famiglia, un amico o un collega siete sopraffatti da pensieri di autolesionismo o suicidari, chiama immediatamente il numero per la prevenzione del suicidio. Negli **Stati Uniti** è **800-273-8255**.



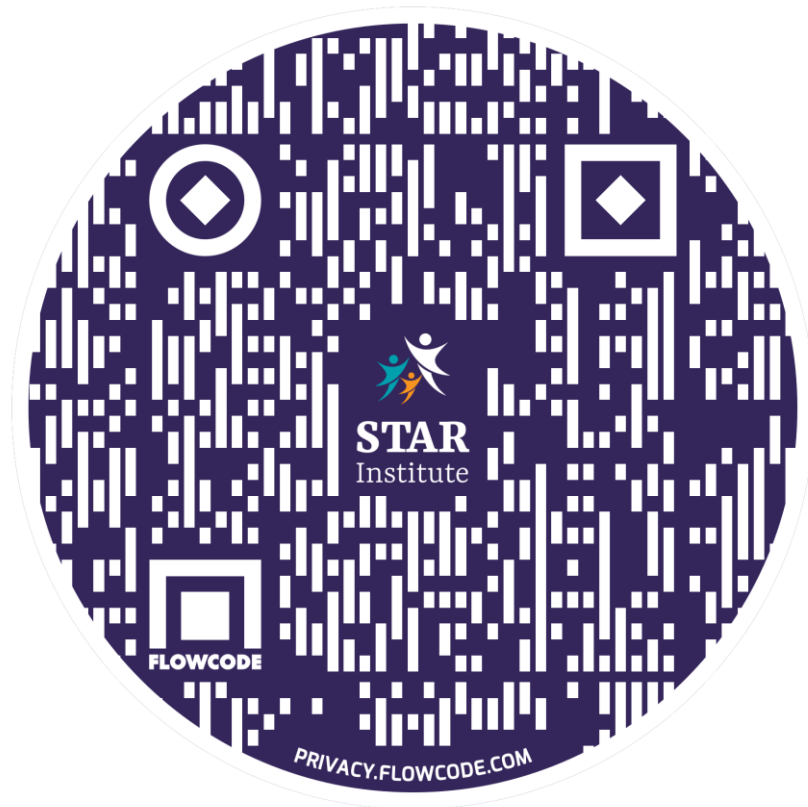
# *La salute sensoriale trasforma la vita*



Abbiamo otto sistemi sensoriali che si integrano per aiutarci a dare un senso al mondo che ci circonda: vista, gusto, olfatto, tatto, suono, posizione del corpo, interocezione, ovvero il senso di quello che accade dentro di noi, e senso del movimento/equilibrio. Il modo in cui il nostro corpo integra e processa le sensazioni che giungono da questi sistemi è davvero meraviglioso e molto complesso. Un terapeuta occupazionale certificato in integrazione sensoriale comprende e può spiegare al meglio questo processo. Le insegnanti, i professionisti della salute mentale, i genitori e tutti coloro che lavorano con adulti e bambini necessitano di capire come l'elaborazione sensoriale influisce sulla salute e sul benessere.

Ogni mese allo STAR Institute è il mese della consapevolezza sensoriale, ma ottobre è particolarmente speciale perché condividiamo la nostra passione con il mondo.

Quest'anno mostriamo le storie di cinque personaggi che ci stanno molto a cuore. Ogni personaggio rappresenta un aspetto diverso di come le differenze nell'integrazione sensoriale e nell'elaborazione impattano sulla salute e sul benessere. I personaggi provengono da vita, contesti e background familiari diversi, ma hanno tutti una cosa in comune: la scoperta del potere dell'elaborazione sensoriale ha trasformato in meglio la loro vita. Queste storie si basano sulla vita reale, su testimonianze reali, su persone reali.



Scan to donate \$5 today!



© STAR Institute for Sensory Processing  
6911 South Yosemite Street  
Centennial, Co, 80122  
United States of America

[www.spdstar.org](http://www.spdstar.org)

STAR Institute is a 501(c)3 Non-Profit

*Transforming health and wellness through the sensory domain*