



## Psicologi: Emigrare? Esperienza complessa

I cittadini italiani che sono emigrati verso l'estero nel 2017 sono stati circa 115.000. Inoltre, dal 2013 al 2016, sono aumentati gli emigranti con alto livello di istruzione, ovvero almeno laureati, che sono passati da 19.000 a 25.000 unità all'anno. A dispetto della grande attenzione mediatica normalmente riservata ai flussi migratori in entrata, poca attenzione è dedicata a quelli in uscita, che raccontano una generazione in evidente difficoltà, che cerca di costruirsi un futuro al di fuori del proprio Paese. L'Ordine degli Psicologi dell'Emilia-Romagna vuole dare attenzione a quegli aspetti psicologici e sociali che rendono difficoltoso ripartire da zero, lontano dalle proprie origini, in particolar modo se questa è una scelta non libera, forzata dalla necessità di lavoro. Chi lascia i luoghi di provenienza vive comunque sentimenti di perdita e abbandono: partire è un'esperienza psicologica complessa. Chi parte lascia la propria casa, intesa non solo come oggetto fisico ma anche come spazio in cui si sono costruite reti relazionali che danno alla persona senso e sostegno per la propria vita individuale. "Per molti, una volta lasciato il proprio luogo d'origine, anche dopo essersi stabiliti altrove, rimane un senso costante di estraneità: ci si può sentire un po' stranieri faticando a comprendere fino in fondo la nuova cultura e si vivono sentimenti di ambivalenza. È possibile che la nuova esperienza trasformi la propria cultura al punto tale che non si riesca più a sentirsi a casa né nel Paese che accoglie né nel Paese da cui si viene. Il percorso di ricostruzione del senso di appartenenza, fattore di protezione fondamentale per il ben-essere della persona, è spesso lungo oltre che difficile", commenta Anna Ancona, Presidente dell'Ordine degli Psicologi dell'Emilia-Romagna.

Un altro aspetto da considerare è quello delle aspettative di chi parte: a volte ci si illude che in breve tempo si risolveranno tutti i problemi, con un'occupazione stabile e nuove amicizie. Eppure le difficoltà di vivere all'estero sono reali. Se anche il lavoro trova risposte immediate, comunque permane la difficoltà di costruire nuove reti di relazioni soddisfacenti. Le difficoltà possono essere tali che l'intero progetto esistenziale della persona può rischiare di fallire. "Di fatto i nostri giovani migranti spesso sono acculturati, parlano la lingua del Paese in cui si trasferiscono e sono motivati dal bisogno maturo di costruire la propria vita in autonomia, anche economica, emancipandosi dalla famiglia d'origine. Ciò che può fare chi resta in Italia è continuare a dare sostegno ai propri cari, cercare di far sentire la propria presenza, mantenendo i contatti. E se dovesse accadere che il tentativo all'estero non va a buon fine - per ragioni varie: difficoltà di inserimento sociale o economico o anche solo per nostalgia - è fondamentale aiutare il ritorno", aggiunge la Presidente. In ogni caso, che si decida di espatriare, di tornare o di restare, un elemento che fa la differenza, per rispondere a una situazione di disagio, è il proprio grado di resilienza, concetto psicologico che indica la capacità di far fronte a un problema reagendo in maniera positiva, provando a riorganizzarsi. La capacità di rimanere aperti alle novità e superare le difficoltà è indispensabile per riuscire a cogliere le opportunità che si presentano. Tale capacità può essere acquisita e migliorata, anche con interventi di sostegno psicologico mirati. Partire, come tornare, può comportare un impegno psicologico non da poco, tuttavia una riorganizzazione personale del genere può anche produrre una crescita. (red – 25 giu)

(© 9Colonne - citare la fonte)