

L'unione fa la forza!

a cura di Valentina Boscolo

*«Whenever i'm down, I call you my friend
A helping hand you land
In my time of need.»*

*«Ogni volta che sono giù, chiamo te amico mio
Mi tendi una mano
Nel momento del bisogno.»*

(Groove Armada "My friend")

Ci sono momenti nella vita di tutti noi, in cui, per le ragioni più disparate, avremmo bisogno di un conforto più mirato di quello che possono fornirci amici e famigliari.

Si avverte il bisogno di una "guida", una mano amica che ci accompagni sulla giusta via, ascoltando senza giudicare ciò che abbiamo nella testa e nel cuore, fornendoci spunti mirati di riflessione.

*Di seguito riportiamo la testimonianza della dr.ssa **Cinzia Doria**, psicologa, mediatrice familiare e sociale, psicoterapeuta in formazione, volontaria presso la UILDM, da un anno a capo di un Centro d'ascolto.*

Dott.sa Doria ci dica come nasce il Centro d'ascolto? A chi si rivolge? Che target vi partecipa attualmente?

«Il Centro di Ascolto è nato ormai più di un anno fa.

Desideravo svolgere delle ore di volontariato presso la UILDM di Chioggia e la presidente, Riccardina Boscolo, sempre attenta ai bisogni degli utenti, mi ha chiesto di mettere a loro disposizione la mia competenza professionale maturata come psicologa per creare un momento di condivisione, sostegno e aiuto reciproco.

Il Centro di ascolto si rivolge a tutti coloro che sentono il bisogno di partecipare ed essere parte attiva di un gruppo di persone che vogliono stare assieme per confrontarsi, discutere e crescere per sostenersi nell'affrontare le varie situazioni della vita.

I partecipanti sono soprattutto donne: mamme e mogli, disabili e non disabili.»

Dove e ogni quanto vi riunite?

«Ci riuniamo nella sede UILDM di Chioggia con incontri a cadenza quindicinale.»

Quali sono gli argomenti trattati ed emersi durante questi incontri?

«I temi trattati sono stati molteplici ma mai prestabiliti, perché questi incontri hanno lo scopo di creare una discussione dinamica e aperta ai bisogni dei partecipanti. Il gruppo funge da contenitore per elaborare emozioni e temi che non trovano sfogo altrove.»

Il gruppo è formato prevalentemente da donne, come mai? Secondo lei c'è forse una resistenza da parte del genere maschile a lasciarsi andare in pubblico?

«La presenza è soprattutto femminile, perché nelle donne è insita la funzione materna volta alla protezione e alla cura di chi ha bisogno, sia figlio, sia marito o se stessa. La minor presenza degli uomini può essere spiegata, da un lato al ruolo sociale che rivestono dedicato al mantenimento economico della famiglia, dall'altro alla difficoltà di verbalizzare propri vissuti ed emozioni per paura del giudizio o di mostrare le proprie vulnerabilità.»

Crede che questa esperienza possa essere utile anche per gli uomini?

«Certo, ritengo che un percorso di condivisione sia molto importante anche per gli uomini, li aiuterebbe a sentirsi meno soli, maggiormente compresi e a trovare soluzioni utili nel gestire le proprie problematiche.»

Ci sono stati momenti difficili e particolarmente significativi? Se sì quali e perché?



«Le storie di vita di queste persone sono molto cariche e portano con sé emozioni molto forti: ogni loro racconto è stato significativo, perché ha permesso al gruppo di conoscersi nelle fragilità, ma soprattutto nei punti di forza. Quest'ultimi sono sempre presenti, ma devono essere riscoperti e manifestati; il gruppo ha, metaforicamente parlando, una funzione di specchio grazie al quale si può scorgere ciò che è meno in evidenza e soffermarsi a guardarlo.»

Immagine: diverse mani poggiano l'una sull'altra e si incontrano al centro della fotografia

Come riesce a gestire persone dalle età e situazioni personali così diverse?

«La diversità ha rappresentato il valore aggiunto, l'elemento essenziale del lavoro svolto: da coloro che vivono una diversità relativa quotidiana, l'eterogeneità dei partecipanti ha funto da elemento arricchente per permettere riflessioni, acquisizioni e conoscenza su di sé in una prospettiva di mutuo-aiuto.»

Quali sono (se ci sono) i risultati in termini di progressi raggiunti finora dalle partecipanti?

«Questa domanda sarebbe più indicata rivolgerla ai partecipanti. Tuttavia posso riportare quanto mi riferiscono: avere uno spazio loro nel quale poter trovare altre persone, condividere idee, soluzioni, problematiche ed essere ascoltati rappresenta un sollievo psicologico molto importante che li sostiene nella vita di tutti i giorni.»

Quanto ha inciso nel suo percorso, sia dal punto di vista lavorativo che da quello umano, quest'esperienza?

«Molte volte, quando mi ringraziano, io ringrazio loro. Sono all'inizio della mia carriera professionale ed un'esperienza di questo tipo mi ha fatto crescere molto sia come persona, sia come professionista. Spero di continuare a lavorare con loro sostenendoli in questo percorso di elaborazione psicologica del proprio vissuto.»

Ultimo aggiornamento:22.08.2011