

La Consulenza alla pari. Come diventare più forti

Dott.ssa Emilia Napolitano

Psicologa psicoterapeuta, Consulente alla pari

Il 9 maggio 2011 si è tenuto a Roma il convegno "Disabilità al femminile tra coraggio e violenza", Emilia Napolitano – psicologa psicoterapeuta e consulente alla pari – ha partecipato in rappresentanza dell'organizzazione DPI Italia (Disabled Peoples' International), della quale, allora, era Presidente. Il suo è stato un intervento lucido e ben strutturato, con una parte dedicata all'analisi della condizione di discriminazione multipla a cui è spesso soggetta la donna con disabilità, e un'altra incentrata su proposte operative concrete.

Il giorno 9 Maggio 2011 sono stata invitata come allora Presidente di [DPI Italia ONLUS](#) al convegno **"Disabilità al femminile tra coraggio e violenza"**, organizzato dal Settore per le Politiche alla Disabilità del Comune di Roma, per parlare della condizione di discriminazione multipla in cui versano le donne con disabilità.

DPI Italia è la sezione italiana di Disabled Peoples' International, un'organizzazione mondiale presente in 142 Paesi e riconosciuta dalle principali agenzie ed istituzioni internazionali ed europee (ONU, OMS, UE, Consiglio d'Europa) che lavora per la promozione e la tutela dei diritti umani e civili delle persone con disabilità.

DPI Italia, attraverso progetti realizzati grazie a finanziamenti europei, ha fatto un lavoro di ricerca molto articolato sulle donne con disabilità, riflettendo sui vissuti di queste ultime, nonché individuando metodologie di empowerment di cui necessita una donna con disabilità che vuole emanciparsi dalla sua condizione di svantaggio sociale. Nel far questo, DPI Italia mette a fuoco una nuova consapevolezza e un nuovo rispetto verso la donna, i suoi desideri, i suoi bisogni, le sue esigenze, promuovendone l'autodeterminazione e la partecipazione all'interno della società, affinché non sia più invisibile.

La condizione delle donne con disabilità è il risultato dell'intersezione di diverse variabili: nell'universo femminile si è discriminate perché non viene considerata la variabile disabilità; nella dimensione disabilità si è discriminate perché non viene riconosciuta la variabile genere; nel mondo delle donne con disabilità si è discriminate perché non si considerano variabili quali linguaggi differenti e disabilità diverse, quali quelle mentali e psichiatriche, oppure variabili quali vivere in zone rurali, avere lo status di immigrate, appartenere a diverse etnie, avere la pelle nera, essere di diverso orientamento sessuale, ecc.

La discriminazione più evidente vissuta dalle donne con disabilità è quella relativa **all'essere donne e essere persone disabili**. Tuttavia, è difficile farla emergere perché tali donne non hanno le parole per esprimerla e denunciarla, molte volte non ne hanno neanche la consapevolezza. In genere, ogni donna, per cultura e tradizione, nelle società in cui viviamo, è ingessata in un ruolo emarginante e discriminante. In particolare, la donna con disabilità vive in una condizione ancora più difficile poiché, spesso, questo ruolo non

le viene neanche riconosciuto: non è un essere umano, non è una cittadina, bensì un essere senza diritti, priva di sesso, corpo, intelligenza, desideri, emozioni.

Nel relazionarsi con il mondo, la donna con disabilità è continuamente esposta ad atteggiamenti e sguardi che le rimandano paura, compassione, pietà, intolleranza; reazioni, queste, che sono profondamente umilianti per il suo essere e la sua persona. Questo vuol dire non essere riconosciute, non essere visibili, in un mondo in cui l'immagine femminile è condizionata da canoni astratti di bellezza e di fascino, che induce a percepire le donne disabili delle "donne mancate".

Nell'opinione comune, infatti, la donna disabile ha un corpo asessuato e privo di femminilità. Questo corpo, proprio perché non desiderabile e impersonale, è spesso oggetto di abuso (fisico, sessuale, psicologico, ecc.).

Essere invisibili, trasparenti, vuol dire **non essere riconosciute come persona**, nella dimensione più intima e profonda della propria identità fisica, emotiva e di pensiero, che esiste in mezzo agli altri in una relazione di reciprocità.

I contesti familiari, scolastici, sociali, professionali in cui vivono non consentono certo di intrecciare relazioni in cui le donne con disabilità possono viverci pienamente per quello che sono: cioè donne!

La donna con disabilità, infatti, fa fatica a trovare conferme negli individui con cui interagisce; anzi è più volte esclusa ed emarginata dai suoi ambienti di vita, e questo le produce un livello di autostima molto basso che condiziona, nel corso della sua vita, ogni suo pensiero e ogni sua azione, **limitandola fortemente nelle possibilità di fare esperienze e di misurarsi non solo con gli altri, ma anche con se stessa.**

Lo stesso processo di costruzione dell'identità della donna con disabilità viene minato già durante i primi anni di vita quando nel contesto familiare, inconsapevolmente, non ci sono riconoscimenti per la sua femminilità. Infatti, quando nasce una bambina, per lei è già stato disegnato, anche se inconsapevolmente, un progetto di vita, da parte dei genitori, in particolare dalla madre. Questo disegno è un copione che si ripete da secoli: crescerà, andrà a scuola, avrà amici e amiche, diventerà una piccola donna, avrà il fidanzato, si sposerà, avrà figli, ecc.

Come per tutte le altre donne, anche per quella con disabilità il momento di scoperta del proprio corpo e della propria sessualità avviene durante l'adolescenza. L'adolescenza è una fase molto delicata nella vita di una persona. Ci sono trasformazioni morfologiche e fisiologiche del corpo e con esse anche un'esplosione di sensazioni fisiche, mai provate prima, nei confronti delle quali ognuna può reagire in modo diverso, mettendo in moto dinamiche intrapsichiche e relazionali che testimoniano la crescita di una persona che da bambina sta diventando adulta. La donna con disabilità, invece, non è quasi mai consapevole di quanto le sta accadendo perché condizionata da una famiglia e da un ambiente di vita che tende a reprimere quelle emozioni che sono tipicamente femminili: è una donna disabile che non sarà mai moglie, madre, amante!

Le donne disabili vedono negato da più parti il loro diritto a realizzarsi come donne, madri, compagne, professioniste, **a causa di pregiudizi e visioni preconcepite che limitano le loro scelte.** Ad

esempio, quando una donna disabile dice di volere un figlio, gli altri, e in primo luogo i medici, rispondono in modo allarmante poiché ritengono che questo non sia possibile in quanto, a causa di pregiudizi atavici, la maternità è realizzabile solo da una donna che sia completamente "sana". Sana secondo canoni e costruzioni mentali stabiliti a priori per i quali le persone con disabilità sono sempre dei malati, di cui ci si deve prendere cura e che quindi non possono prendersi cura di altri, né tanto meno di un bambino che deve nascere, di cui già si ipotizza una vita infelice. Se questo è ciò che si pensa, non si costruiranno mai, ad esempio, una sala parto che tenga conto dei bisogni particolari delle donne con disabilità e, cosa peggiore, è che queste stesse donne sono state condizionate talmente da tale modo di pensare, che quasi mai osano discutere questa visione che gli altri hanno di loro, cioè la negazione della loro possibilità a procreare, al punto di non essere consapevoli neanche del loro desiderio di maternità!

Ricordiamo, inoltre, **quanta violenza viene esercitata nei loro confronti nell'ambito degli istituti**, specie nei confronti di donne non in grado di rappresentarsi da sole o quanto accade in ambito medico, dove il corpo della donna con disabilità, di solito, non viene trattato con alcuna riservatezza, ma puramente come oggetto da studiare che, molto spesso, viene esposto in video, riviste mediche, etc. senza neanche il consenso delle interessate. Spesso queste ragazze e donne che si trovano ad affrontare problemi fisici femminili si scontrano con pratiche violente da parte di professionisti sanitari inadeguati a relazionarsi correttamente con i loro corpi. Molte di loro, infatti, hanno trascorso gran parte delle loro vite nude, esposte agli sguardi glaciali e curiosi di coloro i quali avrebbero dovuto prendersi cura di loro e delle loro profonde intimità.

Pertanto, per una donna con disabilità diventa molto importante rivendicare i propri diritti per vivere una vita che sia degna di questo nome! E' tempo che le donne con disabilità acquisiscano la **piena consapevolezza delle proprie potenzialità e della propria umanità**, attraverso cui sviluppare un senso di autostima sempre più forte, per tutelare anche quelle donne che non sono ascoltate perché interdetto e perché vittime di segregazioni, in una cultura che non dà spazio a differenze.

Un enorme passo avanti è stato fatto con la **Convenzione dei Diritti Umani delle Persone con Disabilità**, primo trattato del XXI secolo, approvata il 25 Agosto 2006 e adottata, in via definitiva, il 13 Dicembre 2006 dall'Assemblea Generale delle Nazioni Unite.

La Convenzione rappresenta un traguardo storico per il movimento delle persone con disabilità di tutto il mondo. In esso infatti si sono fatte convergere, anche in tempi molto rapidi, posizioni e richieste dei Governi e delle organizzazioni di persone con disabilità di tutto il mondo.

Scopo della Convenzione è promuovere, proteggere e assicurare il pieno ed eguale godimento di tutti i diritti umani e di tutte le libertà fondamentali delle persone con disabilità, e di promuovere il rispetto per la loro dignità.

Un apporto importante e significativo alla stesura della Convenzione è stato dato dalle donne con disabilità. Infatti se per il movimento delle persone con disabilità questo Documento dell'ONU è una pietra miliare per il riconoscimento dei loro diritti umani, per le donne con disabilità rappresenta la prima opportunità di essere riconosciute come persone. Per la prima volta infatti è stata evidenziata la

discriminazione multipla e la condizione d'invisibilità che storicamente le accompagna. **Inserire nella Convenzione la questione di genere non è stato facile.** Le diverse culture e società da cui provenivano i rappresentanti dei Governi e delle organizzazioni che hanno elaborato ed approvato in seguito la Convenzione non hanno reso agevole il lavoro delle donne con disabilità coinvolte in tutto il processo.

Per la prima volta, in un documento di tale rilevanza c'è non solo un articolo specifico sulle donne e le ragazze con disabilità (l'art. 6), ma la questione di genere viene sottolineata ed evidenziata nel Preambolo e negli articoli più significativi (artt. 5, 8, 16, 28) dell'intero trattato.

Una metodologia di empowerment che può dare alle donne con disabilità strumenti efficaci per riscattarsi o quanto meno trovare la forza per emanciparsi dalla condizione di svantaggio sociale politico, economico, culturale, con le inevitabili ripercussioni sul piano psicologico, in cui vivono quotidianamente, è la Consulenza alla pari.

La **Consulenza alla Pari** affonda le sue radici scientifiche nella psicologia umanistica, in particolare nelle teorie di Carl R. Rogers e Robert Carkhuff, ed ha strutturato le sue modalità operative attingendo dall'esperienza socio-politica dei movimenti di emancipazione, sviluppata in America, da soggetti sociali fortemente discriminati. Si tratta di una relazione d'aiuto che innesca processi di rafforzamento che colmano le lacune legate al mancato riconoscimento di se stessa come persona e nello stesso tempo alla difficile costruzione della propria identità femminile, generati dai troppi rifiuti ricevuti e prima ancora da una mancata o scarsa approvazione come essere sessuato già all'interno della famiglia

Ciò che caratterizza la consulenza alla pari è la **condizione di parità tra consulente e consultante, entrambi persone con disabilità.** Questo elemento risulta prioritario in quanto consente il fenomeno, più che mai spontaneo, del "rispecchiamento": una iniziale forma di identificazione che rappresenta il maggiore stimolo ad intraprendere un percorso di counseling. Nello specifico, più è simile la disabilità - in merito al livello di gravità, alla tipologia etc. - più intensa sarà la relazione e il livello di reciprocità, e più facile sarà, inoltre, per il consultante aprirsi e mettersi in gioco.

Come ogni altra forma di counseling, essa è una relazione d'aiuto tra due persone ma può essere praticata anche in gruppo. La flessibilità che danno queste due soluzioni permette al consultante di progredire nelle aree della sua vita risultate problematiche. Ad esempio, se la Consulenza alla pari "vis a vis" può rassicurare le persone più introversive e vulnerabili, incapaci di sopportare il disagio emozionale ed i feedback che sono parte integrante nel lavoro di gruppo, quella svolta in gruppo consente a ciascuno di potenziare e allargare le abilità interpersonali e di eliminare sensazioni di isolamento, colpa e vergogna, in quanto il confronto con le esperienze e i vissuti degli altri crea un "effetto di risonanza" che li rievoca e ne stimola l'elaborazione. Entrambe le forme sono caratterizzate da un processo circolare, in cui ognuno attiva le risorse individuali dell'altro in relazione a problemi ed obiettivi specifici che gli sono propri. Il processo che si sviluppa grazie alla Consulenza alla pari conduce all'acquisizione della consapevolezza di sé e quindi all'uso di quegli strumenti interni - capacità psichiche, emotive, fantastiche, razionali - ed esterni - aiuti umani, leggi, ausili, tecnologie, etc. -, che consentono la propria autorealizzazione. Così le donne con disabilità potranno

rafforzarsi nelle loro capacità e potenzialità, al fine di riappropriarsi delle personali risorse e prendere in mano la propria vita!

Infine, centrali nel mio intervento furono le proposte che come allora presidente di DPI Italia ONLUS facevo al governo, ma che sono condivise da quello attuale, Vincenza Ferrarese e da tutta l'organizzazione. Esse sono le seguenti:

- Promuovere e finanziare attività di **formazione** (seminari di consulenza alla pari, gruppi di auto-aiuto, ecc.) e **informazione** rivolte alle donne con disabilità affinché prendano coscienza delle loro capacità e possibilità a svolgere un ruolo attivo nella logica delle pari opportunità;
- Nel monitoraggio della CEDAW (convenzione contro le discriminazioni delle donne, ONU 18 dicembre 1979), porre attenzione alle **donne con disabilità**;
- Provvedere a garantire la realizzazione di **azioni e misure di protezione sociale** (Convenzione ONU) nei confronti delle donne con disabilità, specie quelle che non sono capaci di autodeterminarsi
- Attivarsi affinché siano destinate, a livello nazionale, regionale e locale, adeguate **risorse finanziarie per la diffusione di servizi**: assistenza personale, mobilità, riabilitazione, sanità, istruzione, formazione e lavoro, vita indipendente, previdenza sociale;
- Prevedere **l'inserimento di donne con disabilità** e il loro incremento **in ogni ambito della vita politica** e sociale, presso il Ministero delle Pari Opportunità e tutti gli altri organismi che, a livello regionale e locale, si occupano di questioni di genere;
- Chiedere al governo e agli altri enti competenti (Ministero delle Pari Opportunità, Dipartimento Pari Opportunità, Consiglierati di parità a livello nazionale, regionale, provinciale, ecc.) la costituzione dell'**osservatorio delle donne disabili**.

Alla luce di questo mio intervento, suggerisco, per l'organizzazione di prossimi convegni sul tema, di **invitare a parlare più donne con disabilità** e meno persone non disabili, seppure qualificate, che teorizzano di noi e su di noi! Questo per rispondere meglio ad un'ottica sociale e partecipativa che ci vuole protagoniste e le uniche ad essere in grado di raccontare di sé, di esprimere i propri desideri, i propri bisogni, le proprie esigenze, al fine di promuovere la nostra autodeterminazione e rivendicare semplicemente il nostro essere donne!

Ultimo aggiornamento: 05.10.2011