

L'autonomia come processo di crescita

Dott.ssa Emilia Napolitano Psicologa Psicoterapeuta Integrata

L'articolo è tratto dal Quaderno SAAD n.1

Lo sviluppo e la crescita psicoaffettiva di una persona segue un percorso graduale, che vede il passaggio da uno stato di dipendenza, fatto di fusione-indifferenziazione, ad uno di autonomia, caratterizzato da una sempre maggiore differenziazione e separazione.

Tale cammino, a partire dalla relazione madre-bambino, detta anche unità duale, si dispiega attraverso la dialettica tra le realtà di identità e relazione, due componenti strettamente correlate tra loro e appartenenti all'individuo, sia come singolo che come membro di una comunità.

Secondo il Modello Strutturale Integrato di Giovanni Ariano¹ a cui faccio riferimento, l'essere umano è costituito da livelli intrapsichici, tra cui ricordiamo il linguaggio corporeo, emotivo, fantastico e razionale, e livelli interpersonali, quali la capacità intersoggettiva, la libertà e la responsabilità. E', cioè, fatto di tante parti (sensazioni, fantasie, emozioni, pensieri) che insieme strutturano nel tempo la sua identità, e caratterizzano il suo modo di funzionare quando entra in relazione con gli altri, la sua famiglia, il gruppo dei pari, la società intera, ecc.

Ogni individuo costruisce la sua personalità e il suo modo di essere a partire dal riconoscimento che le figure parentali, in particolare quella materna, operano nei suoi confronti. E', infatti, dalla relazione con la madre che si struttura la vita psichica di un neonato e si costruiscono le sue caratteristiche intrinseche, che lo rendono stabilmente identificabile come una persona.

Così anche la famiglia, nella sua interezza, come complessa rete di rapporti in cui un individuo è inserito, influisce significativamente sul grado di differenziazione del suo Sé rispetto a quello degli altri.

"... Per alcuni studiosi come Bowen, l'impronta familiare è così determinante che il livello di autonomia individuale può essere definito molto precocemente nell'infanzia e previsto rispetto alla storia futura sulla base del grado di differenziazione dei genitori e del clima emotivo prevalente nella famiglia d'origine."²

E' di ogni figlio l'esigenza, ad un certo punto della vita, di doversi autonomizzare dalla propria famiglia di origine, per costruirsi spazi di vita, ruoli sociali, relazioni interpersonali esterne, grazie alle quali vivere esperienze di confronto su temi essenziali per la propria crescita, quali amicizia, affetti, sesso, lavoro etc. Il processo di autonomizzazione, definito da Ausubel "desatellizzazione", è proprio dell'adolescenza, età in cui la persona inizia ad accedere ad uno status adulto, emancipandosi emotivamente dai genitori: si assiste così ad una trasformazione della struttura di personalità e la conquista di uno status valoriale autonomo, fondato non più sull'approvazione da parte dei genitori, ma su credenze, convinzioni ed opinioni che essa ha costruito personalmente nel suo percorso.

Il processo di autonomia, comune a tutte le persone, disabili e non, non ha certo un carattere lineare, bensì è punteggiato da tensioni, scontri e lacerazioni che ogni volta caratterizzano inevitabilmente la separazione dalle figure genitoriali, che non sempre accettano la voglia di diventare adulti dei proprio figli. Esso risulta ancora più impervio e a volte anche molto tormentoso per la persona che presenta una disabilità, come ho sperimentato sia sulla mia pelle, sia nel confronto con alcuni studenti iscritti al SAAD.

Diversi sono gli ostacoli che la persona con disabilità incontra nell'elaborazione del distacco dalle figure parentali e nel raggiungimento degli obiettivi per realizzare il proprio progetto di vita indipendente. Infatti, oltre ai limiti oggettivi del corpo che possono negarle la possibilità di fare e

¹ Psicologo e Psicoterapeuta Integrato, Direttore della SIPI –Società Italiana Psicoterapia Integrata- di Napoli

² Andolfi M., Angelo C., manghi P. Nicolò-Corigliano A.M. *La Famiglia Rigida*, Ed. Feltrinelli, Milano, 1982 p. 14

avere esperienze di autosufficienza, essa deve fare i conti con le proprie ansie ma anche con quelle dei propri familiari che, frequentemente, adottano nei suoi confronti atteggiamenti castranti quali:

- l'iperprotezione, che la rende incapace di acquisire in autonomia strumenti di confronto con la realtà esterna;

- la sostituzione, in cui i genitori o gli altri familiari tendono a risolvere i suoi problemi quotidiani, agendo al suo posto e impedendole di sviluppare proprie capacità di risoluzione;

- la mortificazione di capacità, dettata dalla paura di riconoscerle le sue reali capacità, ingigantendone i limiti derivanti dalla disabilità e sottovalutando le abilità e le capacità di adattamento.

È noto come questi atteggiamenti e comportamenti adottati da un padre o una madre nell'educazione e nella cura di un figlio o di una figlia con disabilità possano incidere in maniera rilevante sulla formazione della sua personalità e del suo carattere, nonché sulla sua capacità di costruire relazioni esterne alla famiglia. Infatti, anche se tali comportamenti apprensivi sono comprensibili, non si può non sottolineare quanto essi abbiano delle ripercussioni negative sulla crescita della persona, per la quale sarà difficile ma soprattutto conflittuale distaccarsi dal limbo in cui è sempre vissuta, per diventare una persona adulta autonoma. La persona con disabilità, il più delle volte, vive in un mondo ovattato per cui, quando si relaziona con persone al di fuori della famiglia, ha molta paura di esporsi e risulta più facile e più comodo delegare altri per svolgere determinate azioni.

Inoltre, la persona con disabilità deve fare i conti con il pregiudizio sociale che la vuole sempre dipendente da qualcuno : ciò contribuisce ad innescare in essa un livello di autostima molto basso, limitandola fortemente nelle possibilità di fare esperienze e di misurarsi non solo con gli altri, ma anche con se stessa.

E' evidente, a questo punto, come l'immagine che la società ha della persona con disabilità incida negativamente sulla possibilità di un suo inserimento nel mondo del lavoro, dove regna la logica della produttività, dell'efficienza e dell'efficacia, rispetto alla quale il lavoratore disabile non è ritenuto in grado di poter rispondere. Cioè, nell'immaginario collettivo, ad una disabilità corrisponde sempre e comunque una diminuita capacità lavorativa, e quindi il lavoratore con disabilità è sempre improduttivo o riconosciuto come colui che ha una produttività minore.

Culturalmente, l'esclusione dal mondo del lavoro ha comportato, da sempre, il rafforzamento della logica assistenzialistica e dato luogo a situazioni di reclusione e grave emarginazione, favorendo forme di violazione dei diritti umani. Da parte loro, le stesse persone con disabilità hanno avallato ciò inconsapevolmente, certi che quel che dovevano esigere non era il lavoro, ma l'assistenza. Infatti, anche al SAAD incontro studenti, pochi per fortuna, che si pongono nei confronti del proprio percorso universitario come un passatempo e non una strada da attraversare per poter acquisire una professionalità e realizzare la propria indipendenza economica.

Pertanto, è necessario che essi siano avviati a percorsi di *empowerment*.

L'empowerment immette la persona in un processo che innesca motivazioni, mobilita risorse ed indirizza verso la costruzione di possibilità, competenze e strumenti. E' un percorso che la colloca in una dimensione di valutazione e scelta tra diverse opzioni, considerate, da lei stessa, praticabili e raggiungibili. E' un processo di ricostruzione e di rivalutazione positiva di se stessi e della propria autoefficacia, a seguito di esperienze e/o situazioni che hanno fortemente minato la sua autostima.

Infatti, "la persona disabile ha bisogno di comprendere i fattori (dalla propria condizione fisica alle situazioni sociali e familiari) che hanno condizionato e favorito il sorgere di tutta una serie di *inapacità apprese*, le quali sono frequentemente determinanti nel portarla a rinunciare a delle possibilità anche quando le situazioni potrebbero venire affrontate con successo."³

³ M.Galati, R.Barbutto, N.Coppedè, M.Meduri, E.Napolitano, *Una possibile autonomia. Itinerari di donne con disabilità tra empowerment e advocacy*, Rubbettino Editore, Catanzaro 2003, pag.9, 10

E' importante, quindi, per la persona con disabilità intraprendere processi di crescita, grazie ai quali prendere consapevolezza sia dei propri limiti che delle proprie abilità. Questo vuol dire entrare in relazione con pensieri, fantasie, emozioni, sensazioni, legati all'esperienza della propria disabilità, e costruire la propria identità a partire da questa diversità, senza alienarla.

Questo è quanto accade all'interno dei colloqui di consulenza alla pari⁴ con gli studenti. Il processo di rispecchiamento che si attualizza in essi costituisce una spinta a trovare una nuova immagine di sé : una persona che sceglie e decide, che ha successo, che naviga oltre la rabbia e il rifiuto.

All'interno di questo cammino, per lo studente con disabilità l'obiettivo di un lavoro diventa molto importante e l'acquisizione immediata, propria della consulenza alla pari, nel confronto con la consulente : "se è stato possibile per lei, lo sarà anche per me" rappresenta un tassello fondamentale, poiché incide sulla riscoperta delle proprie abilità e sulla conoscenza di sé. Così egli non solo immagina che può andare a lavorare, ma acquisisce l'idea di se stesso, come persona in grado di poter esercitare una scelta: "io posso andare a lavorare e cercare di capire come posso farlo".

Per molto tempo, la cultura familiare e sociale ha messo molte persone con disabilità in una condizione di "inabilità da tutto" e il solo pensarsi come lavoratore non è scontato, come lo è per gli altri, né tanto meno il fatto che questo possa dipendere dalla sua capacità di scegliere e di costruire un proprio percorso nel mondo del lavoro, a partire dagli studi universitari.

In questo processo di crescita, il SAAD, con il suo servizio di consulenza, vuole sostenere lo studente nella ricerca e nell'individuazione di quali risorse interne necessita per realizzare il suo progetto di vita indipendente o quali tra quelle già in possesso deve rinforzare, di quali risorse esterne ha bisogno e come reperirle. In questo tipo di lavoro molto concreto, una dimensione che va incrementata è la fiducia della persona in se stessa che va ad incidere sulla sfera motivazionale e sulla crescita delle competenze, pur con la consapevolezza dei rischi e delle difficoltà a cui inevitabilmente va incontro.

La formazione al lavoro, la sperimentazione di opportunità, la ricerca di nuovi ausili che possano facilitare l'approccio al lavoro sono solo esempi di cosa una persona con disabilità deve affrontare per apportare cambiamenti nella propria vita.

In conclusione, il lavoro deve essere un diritto e un dovere perché per la persona con disabilità far parte di un sistema lavorativo vuol dire, come per tutte le persone, essere inclusa socialmente, cioè sentirsi parte della società che, a sua volta, le riconosce questo suo "sentirsi". Vuol dire essere parte di un contesto in cui riconoscersi ed essere riconosciuto, all'interno di relazioni produttive che includano ogni persona, disabile e non, nel rispetto delle proprie competenze e delle proprie aspirazioni a conseguire l'obiettivo realistico e concreto di vivere in autonomia e essere autodeterminati nei vari ambiti della propria esistenza.

Il ruolo lavorativo influenza in modo sostanziale l'identità sociale di una persona :anzi è proprio attraverso di essa che gli uomini costruiscono la propria visibilità sociale, in quanto esso è il mezzo attraverso il quale possono rispondere ai propri bisogni, realizzarsi e partecipare al processo di sviluppo della società in cui vivono!

⁴ Vedi Quaderno SAAD 1 p.29