



Immigrati ed emigrati: la nostalgia è ciò che accomuna migranti di ogni tipo

Il 18 dicembre è la Giornata Internazionale del Migrante,
l'analisi dal punto di vista psicologico dell'Ordine degli Psicologi ER

Spesso, quando si pensa alla figura del migrante, si fa riferimento a profughi e rifugiati. Certo tutti abbiamo nella mente il fiume di persone che è giunto e sta giungendo dai Paesi in guerra, persone disperate che cercano di salvarsi la vita e che solo in un secondo tempo possono incominciare a pensare al loro inserimento nella nuova società e a nuovi progetti. Ma non esiste solo questa forma di migrazione, sono tutt'oggi numerosi i migranti che scelgono di cambiare Paese volontariamente, anche se non sono sospinti da cause gravissime come la guerra: spesso si muovono semplicemente per studiare o cercare lavoro. All'interno della stessa Unione Europea, il fenomeno è ampiamente diffuso. Chiaramente, c'è una certa differenza di motivazioni tra i due tipi di migrazioni, eppure ci sono alcuni elementi in comune. Chi lascia i luoghi di provenienza è spesso disorientato e spaventato, può manifestare depressione, sentimenti di perdita e abbandono: partire è un'esperienza psicologica complessa.

Al momento della partenza prevalgono i progetti e le speranze, il desiderio di costruire una nuova vita e di conquistarsi una positiva autonomia. I problemi possono sorgere quando, dopo un primo periodo, si fa fatica a trovare risposte alla propria necessità di realizzazione e i bisogni affettivi vengono frustrati. In quel caso l'intero progetto esistenziale della persona rischia di fallire. Se la persona migrante percepisce ostilità, incomprensione e diffidenza nel luogo ospitante, venendo a mancare i riferimenti culturali e sociali su cui si è costruita l'identità della persona, possono insorgere pesanti ripercussioni sul piano psicologico, a volte con conseguenze anche fisiche. Gli effetti negativi possono essere tanto più acuti quanto maggiore è l'atteggiamento di sospetto, sfiducia e paura delle persone che si trovano nel luogo d'arrivo.

Chi parte lascia la propria casa, intesa non solo come oggetto fisico ma soprattutto nel suo significato simbolico e psicologico, rappresentando il primo universo e spazio privilegiato per l'individuazione della persona. La casa è il posto in cui rifugiarsi e sentirsi al sicuro, un'ancora di primaria importanza. Tutti i migranti, a causa di questo abbandono, possono condividere un profondo senso di sofferenza nostalgica. Questo sentimento di mancanza e tristezza si dirige verso gli affetti, ma anche verso i luoghi, le abitudini, a volte anche verso qualcosa che non si era particolarmente amato in origine. Ma la nostalgia può non avere un valore necessariamente negativo. Se è vero, infatti, che tale sentimento può essere causa di involuzione e di ritrazione dal mondo esterno, con rimpianti dagli effetti negativi, è anche vero che in essa il migrante può trovare la forza necessaria per affrontare le nuove situazioni e adattarsi. Essa può spingere verso una riappropriazione identitaria forte delle proprie radici che permette di trovare nuove energie. Lo psicologo in ambito clinico può sostenere il migrante analizzando i contenuti soggettivi della nostalgia, che possono evidenziare i bisogni e i desideri del paziente, rivelando anche aspetti intimi del suo passato.

In ultima istanza, emigrare è una sfida difficile che mette alla prova le capacità della persona, alla quale viene chiesta una riorganizzazione importante del proprio bagaglio psichico, sociale e culturale. Se si dispone di capacità di elaborazione, e magari si è aiutati da un adeguato contesto di accoglienza, emigrare può trasformarsi in un'occasione di crescita psicologica e, in un'ottica di scambio, può arricchire culturalmente il luogo ospitante.

Ufficio Stampa Ordine degli Psicologi dell'Emilia Romagna

a cura di Rizoma | Studio Giornalistico Associato | tel. 0510073867
press@rizomacomunicazione.it | cell. 3295368348 | cell. 3396203365