

APPROCCI E STRUMENTI NARRATIVI NEL LAVORO PSICOLOGICO NELLA MIGRAZIONE

Introduzione

C'era una volta... un eroe. Un giorno lasciò la sua casa e partì per un lungo viaggio. Lo fece perché era *necessario*. Da allora, molte notti sogna. Sogna di ritornare un giorno al proprio paese, alla propria casa, alla propria famiglia. Perché il sogno si avveri, però, dovrà superare una serie di *prove* difficili. Spesso pericolose. Avrà bisogno di molto coraggio, di protezione, di aiuto. Solo così potrà ritornare da vincitore. Ora quell'eroe è lì, seduto in poltrona davanti a noi. E se ne sta in silenzio.

Il percorso di cura ha quindi inizio prima di tutto nella nostra testa. Nella nostra anima. Nel modo in cui lo accogliamo. Nel modo in cui lo pensiamo. Davanti a noi, dunque, c'è un eroe. Certo, probabilmente un eroe "ferito", "arrabbiato". Un eroe che si sente "sconfitto". Forse ha perso la "speranza". Comunque un eroe. Ci chiede di essere riconosciuto. Capito. Ma soprattutto ci chiede di aiutarlo a ritrovare la giusta direzione del proprio cammino.

Credo sia fondamentale, nel lavoro con il migrante, interrogarci costantemente sullo sguardo nei confronti chi, in quel momento, sta davanti a noi. L'approccio qui presentato vede il migrante come "eroe moderno" ed il terapeuta come il suo principale alleato nel superare alcune prove difficili. In particolare l'ipotesi di fondo è che si possa *curare le storie attraverso le storie*, in particolare attraverso la *narrazione autobiografica*.

Approccio narrativo, fiaba e migrazione

Secondo J. Bruner, uno dei fondatori dell'approccio narrativo in ambito psicologico, gli individui elaborano una costruzione narrativa di sé e della realtà. L'esperienza e la memoria vengono organizzate dalla psiche sotto forma di racconto. Questa organizzazione non sarebbe casuale ed individuale, ma avrebbe una struttura universale, riscontrabile nelle narrazioni umane dei miti, delle religioni, delle fiabe... In estrema sintesi, come ci ricorda T. Sarbin, la struttura narrativa fondamentale prevede un protagonista che persegue un certo scopo, incontra un problema e cerca di superarlo.

Al di là del confronto tra differenti approcci epistemologici, è importante chiedersi perché, se e come un approccio narrativo possa essere utile ed efficace nel lavoro psicologico con il migrante. Si potrebbe partire dalla considerazione che in molte aree del mondo da cui provengono i migranti è ancora molto forte la tradizione orale nella trasmissione culturale, come ad esempio testimonia l'importante lavoro di A. Hampaté Ba nell'Africa Occidentale. Oppure si potrebbe far riferimento in modo più pragmatico alle possibili applicazioni dell'approccio narrativo a diversi ambiti operativi (oltre a quello psicoterapeutico, quello sociale, culturale, educativo) e alle potenziali interazioni ed integrazioni. Pensiamo, ad esempio, alle numerose esperienze, realizzate anche nel bresciano, di approcci narrativi nell'ambito dell'educazione interculturale, dell'insegnamento della lingua italiana e del teatro sociale.

Nell'ambito più strettamente psicologico e psicoterapeutico, la *fiaba* rappresenta un format narrativo particolarmente interessante.

Innanzitutto, da un punto di vista *storico ed antropologico*, le fiabe lungi da essere storie costruite per bambini sarebbero una forma di evoluzione degli antichi *rituali di iniziazione*, per cui narrerebbero ciò che una volta accadeva e che in molte società e culture accade ancora (V. Propp; G. Rodari; I. Calvino).

Sul piano del contenuto, come ci spiega B. Bettelheim ne *Il mondo incantato. Uso, importanza e significati psicoanalitici delle fiabe*, la fiaba veicola un *messaggio* preciso: “Una lotta contro le gravi difficoltà della vita è inevitabile, è una parte intrinseca dell’esistenza umana. Soltanto chi non si ritrae intimorito ma affronta risolutamente avversità inaspettate e spesso immeritate può superare tutti gli ostacoli e alla fine uscirne vittorioso”.

Infine, alcuni autori sottolineano un *isomorfismo strutturale* tra fiaba e processo migratorio: il protagonista della storia, l’eroe, è costretto a mettersi in viaggio, per poi tornare dopo aver superato un certo numero di ostacoli e di pericoli anche mortali. L’eroe verrà riconosciuto come tale solo alla fine di questo percorso (V.Propp; N.Losi; F.O.Dubosc).

La metafora della fiaba può quindi rappresentare uno straordinario modello narrativo nel lavoro psicologico con il migrante. L’ipotesi di fondo è che la *narrazione*, in particolare della propria storia biografica, possa favorire anche in un contesto di clinica transculturale il benessere psichico del paziente, in quanto gli permette di esprimere il proprio vissuto e di ri-collocare se stesso all’interno di una *storia*. Ri-narrare e ri-costruire il proprio percorso (narrazione autobiografica) permettono di ri-dare senso alla propria *presenza* e di ri-pensare il proprio *progetto migratorio* (narrazione progettuale).

L’approccio etno-sistemico-narrativo di N.Losi e F.Dubosc

Uno dei tentativi più interessanti di applicazione del metodo narrativo all’ambito clinico e psicoterapeutico con il migrante è rappresentato da quello dischiuso dal lavoro di N. Losi in *Vite altrove. Migrazione e disagio psichico*, che ha dato origine all’approccio etno-sistemico-narrativo (ESN) e alla scuola di specializzazione in psicoterapia “Etnopsi” di Roma.

Uno dei presupposti fondamentali di questo modello è che la migrazione sia un *processo circolare e complesso e non lineare*, che ha al proprio interno molti livelli e variabili in relazione tra loro. Generalmente noi conosciamo il migrante quando arriva ai servizi (sociali, medici, burocratici). Spesso gli sguardi, quello dell’operatore e quello del migrante, sono rivolti in direzioni diverse, talvolta opposte. Indubbiamente dobbiamo tenere conto del cosiddetto *shock culturale* e quindi ad un comprensibile disorientamento che richiede una fase di adattamento al nuovo contesto, ma non possiamo escludere che alcuni problemi psichici siano antecedenti la migrazione e rimandino quindi alla relazione del migrante con le origini o che addirittura siano tra i fattori che hanno determinato l’emigrazione/espulsione dal paese d’origine. Esistono inoltre tutta una serie di *forze* e di variabili sociali, economiche, politiche, che legano e mettono in relazione costantemente il “là” ed il “qua” della vita del migrante. Pensiamo, ad esempio, al tema delle rimesse, degli investimenti in patria, dei ricongiungimenti familiari...

Un altro aspetto teorico-metodologico di questo approccio è rappresentato dal tentativo di superamento della dinamica triangolare vittima – salvatore – persecutore, il cosiddetto *triangolo drammatico* di Karpman che, secondo Losi, rischia di diventare un vero e proprio *triangolo della violenza* nel momento in cui il migrante viene visto e collocato rigidamente in una posizione di “vittima”, gli operatori (assistenti sociali, educatori, psicologi, polizia, commissioni per l’asilo politico...) e gli altri significativi (famiglia e Paese d’origine, volontari, spiriti...) di “salvatori” e di “carnefici”. È molto facile entrare o attivare, più o meno consapevolmente, questa dinamica (pensiamo, ad esempio, al caso dei richiedenti asilo politico). Se vogliamo essere, però, d’aiuto al migrante è necessario “sloggiare” il persecutore ed il salvatore, in modo tale da far uscire il paziente dal ruolo di “vittima”. Solo così sarà possibile attivare una nuova narrazione e rendere il migrante più attivo nella ricerca di soluzioni creative.

Con riferimento al modello operativo etnopsichiatrico elaborato da T. Nathan, l’approccio ESN propone di “superare” il *setting* psicoterapeutico rappresentato dalla *relazione duale* e dal lavoro sulle dinamiche intrapsichiche (modello psicanalitico) o su sintomi-diagnosi-trattamento (modello

medico psicopatologico), a vantaggio di un *dispositivo etnoclinico* complesso che parte dal presupposto che il paziente “non è solo al mondo”, ma è inserito in una rete relazionale articolata rappresentata da un “mondo visibile” (familiari, parenti, amici, comunità locale), un “mondo invisibile” (spiriti, *djin*) e potenziali “guaritori” (guaritori tradizionali, stregoni, religiosi), di cui necessariamente dobbiamo tenere conto nel momento in cui siamo chiamati ad attivare un processo terapeutico. E’ molto probabile che la persona “malata” e che la sua rete parentale si sia già attivata in questa direzione, sia “qua” che, più probabilmente, “là”. Per poter accedere a questi “mondi” è necessario costruire e conquistare la fiducia del paziente, generalmente restio ad aprirci le porte in questa direzione. Nel dispositivo terapeutico, la narrazione può essere stimolata e favorita dalla presenza di *testimoni* (mediatori, co-terapeuti, altri operatori, amici e parenti del paziente) e dall’utilizzo di *materiali* (oggetti simbolici, fotografie...), finalizzati all’evocazione simbolica di un mondo e alla ri-costruzione delle diverse fasi del processo migratorio.

Infine, come sottolineato sopra, partendo da studi diversi sia N.Losi che F.Dubosc fanno emergere un *isomorfismo strutturale* tra fiaba e processo migratorio da un lato, tra rito iniziatico e dispositivo psicoterapeutico dall’altro. N.Losi si rifà alla sequenza delle 31 funzioni universali individuate da V.Propp nelle fiabe indoeuropee, mentre F.Dubosc individua il processo empasse – iniziazione – avventure e prove – resilienza – liberazione, nelle fiabe delle “Mille ed una notte”. In tal senso, il migrante viene visto come l’eroe moderno ed il terapeuta come il suo principale alleato.

Date queste premesse, l’approccio ESN interpreta il disagio psichico come una “narrazione negativa di sé”. La narrazione ed il racconto sono territori da esplorare per continue rinascite e metamorfosi che, specie nelle migrazioni, possono essere incompiute e laceranti. Le trasformazioni obbligate minano l’integrità psichica, mentre la narrazione espleta una funzione sia terapeutica che preventiva, in quanto introduce un movimento in situazioni apparentemente bloccate, ripetitive, patologiche.

Nel lavoro terapeutico con il migrante si cerca di riallacciare le parti del “rito” che si sono spezzate o interrotte con o nella migrazione. La narrazione ed il racconto aiutano a collocare gli eventi in un ordine e in una costellazione dotati di senso (narrazione autobiografica) e possono costituire un valido momento di ri-organizzazione dei propri desideri e progetti a lungo termine (narrazione progettuale). La pratica del racconto e la co-costruzione dei significati offre al terapeuta e al migrante la possibilità di utilizzare il rituale come dispositivo. La salute menatale del migrante e la sua psiche si avvantaggiano gradualmente della capacità di realizzare una storia di sé coerente e probabile, che tenga conto delle molteplici connessioni di senso che legano i mondi personali e culturali, nel paese d’arrivo e nel paese di provenienza.

La narrazione autobiografica può essere favorita dal lavoro sulle diverse fasi del *processo migratorio*, che permette di mettere a fuoco nodi, conflitti e traumi, ma anche risorse, competenze e capacità incontrati e messi in campo dal paziente. Un approccio circolare e complesso permette di mettere in relazione e ri-significare le fasi del “là” (progetto antico, esperienza lontana; fase preparatoria, progetto concreto, decisione; partenza, atto migratorio; viaggio) con il “qua” (arrivo; insediamento e adattamento; impact, rebound, coping; ipercompensazione, decompensazione; integrazione, assimilazione, marginalizzazione; impatto transgenerazionale) e con l’ipotesi del “ritorno”, sempre presente nell’immaginario del migrante.

Rifacendosi a B.Holbek, N.Losi sottolinea come le narrazioni generalmente vadano a toccare quattro coppie di *opposizione tematiche*:

1. Il conflitto tra generazioni (genitori/nonni vs figli/nipoti).
2. Incontro tra i sessi (maschile vs femminile).
3. Opposizione sociale (umili vs potenti).
4. Opposizione o collaborazione tra mondo visibile e mondo invisibile (vivi vs morti/spiriti).

Rifacendosi all’approccio sistemico-relazionale e agli studi antropologici sui rituali di passaggio, le *prescrizioni* rappresentano una sorta di *ritorno dalla fiaba al rito*, per cui permettono la ricucitura

delle fratture dovute ad una rottura e consentono la ripresa di una narrazione positiva della propria esistenza. Devono seguire, infatti, la struttura del rito di passaggio (C. Levy-Strauss):

- Connotazione positiva: la persona (o le persone) coinvolta deve essere in grado di svolgere il rituale.
- Prescrizione della prova: il terapeuta (l'officiante) assegna una prova alla persona (o al gruppo).
- Esecuzione della prova: La persona (o il gruppo) deve realizzare la prova assegnata.
- Riconoscimento della prova eseguita e del suo superamento.

*Abbiamo amato l'Odissea, Moby Dick, Robinson Crusoe,
i viaggi di Sindbad e di Conrad,
siamo stati dalla parte dei corsari e dei rivoluzionari.
Cosa ci fa difetto per non stare con gli acrobati di oggi,
saltatori di fili spinati e di deserti,
accatastati in viaggio nelle camere a gas delle stive,
in celle frigorifere, in container, legati ai semiassi di autocarri?
Cosa ci manca per un applauso in cuore,
per un caffè corretto al portatore di suo padre in spalla
e di suo figlio in braccio
portato via dalle città di Troia, svuotate dalle fiamme?
Benedetto il viaggio che vi porta, il Mare Rosso che vi lascia uscire,
l'onore che ci fate bussando alla finestra.*

Erri De Luca

Bibliografia di riferimento

- Bettelheim B. (1975), *Il mondo incantato. Uso, importanza e significati psicoanalitici delle fiabe*, Feltrinelli.
- Dubosc F.O. (2003), *Così parlò Shehrazade. Trasgressione e conoscenza nelle 1001 notte*, Biblioteca di Vivarium.
- Lévi-Strauss C. (1998), *Antropologia strutturale*, Il Saggiatore.
- Losi N. (2010), *Vite Altrove. Migrazione e disagio psichico*, Borla.
- Propp V. (1985), *Morfologia della fiaba*, Bollati Boringhieri.

- Associazione «Shinui» (2009), *Corso annuale in Counseling e terapie interculturali*.
- Scuola di specializzazione «Etnopsi», *Corso annuale in Pratiche e terapie interculturali*.