



## Rosella De Leonibus

**L**a coloritura mercantile che ogni idea, ogni parola hanno assunto, ci condurrebbe a leggere prevalentemente in termini economici la condizione di disoccupazione. In questa ottica, gli ammortizzatori sociali, fino a quando ci saranno i fondi per garantirli, dovrebbero essere sufficienti per continuare a vivere. E l'unico problema resterebbe quello di trovare una nuova occupazione.

Al contrario, chi ha perso il lavoro ha perduto non solo la fonte da cui proveniva il sostentamento per sé e per la famiglia, ma anche la sua identità, il suo ruolo sociale e la sua immagine pubblica. Forse anche una buona fetta della sua autostima, e certamente ha perduto anche il suo ruolo in famiglia. Quando scompare la sicurezza economica, non è questione solo di cifre e di buchi nella cintura, sono i pilastri della famiglia ad essere profondamente minati: la certezza del futuro e la sensazione di autosostegno che derivano dalla continuità del lavoro. Il genitore, il coniuge che subisce la disoccupazione vive un senso di colpa via via più schiacciante, man mano che sale la consapevolezza di non poter più garantire questi due pilastri.

Le emozioni vissute sono quelle del lutto, e la nota di fondo più drammatica è la paura di non farcela a risollevarsi psicologicamente. Salvaguardare la dignità e l'integrità della propria persona diventa quindi un imperativo fondamentale, anche per-

ché, quando poi si rialza la testa e ci si riavvia alla ricerca di una nuova occupazione, il periodo di attesa, con le sue oscillazioni emozionali, e la fatica stessa del proporsi consumano molte energie. Si rischia di approdare distrutti alla porta del nuovo posto di lavoro, stremati e sfiduciati, mentre è evidente a tutti quanto sia importante poter contare su una buona dose di forza psichica e di lucidità all'inizio di una nuova esperienza professionale.

### sofferenze psicologiche

La sensazione di sfiducia nel futuro che vive chi viene estromesso dal lavoro, anche se può beneficiare di sussidi economici, comporta conseguenze psicologiche anche serie: le difficoltà della vita sociale aggravano la sensazione di perdita dell'immagine di sé, e portano con sé anche l'allontanamento dalle reti gruppali e comunitarie di appartenenza. La condizione di stress emotivo prolungato, in mancanza di possibilità di risposte attive alla perdita, può colpire il sistema immunitario, esponendo la persona a malanni fisici; l'insonnia e i disturbi dell'umore (ansia, depressione, panico) possono minare anche le relazioni affettive, ultimo baluardo davanti al crollo.

Sono abbastanza comuni reazioni emotive anche intense, come il sentirsi vittima di un'ingiustizia, un sentimento rabbioso di impotenza e, come più sopra si accen-



# disoccupati quale sostegno?

nava, anche un sordo senso di colpa, che porta con sé sentimenti di autosvalutazione e disorientamento, i quali renderanno difficile riposizionarsi in un nuovo campo, specialmente se sarà abbastanza diverso da comportare un certo sforzo di adattamento o la messa in atto di nuove competenze.

Ai limiti alti della scala del malessere, indipendentemente dal genere maschile o femminile, la perdita del lavoro trascina dietro di sé un senso di vuoto profondo che mina il significato stesso dell'esistere, tanto più quanto l'esperienza professionale sia stata fonte di motivazione, campo di auto-realizzazione ed espressione di autonomia.

### ascolto e sostegno

Che strumenti possiamo attivare per superare questi drammi, e fare ciò che possiamo perché non si trasformino in tragedie?

Ogni esperienza di perdita comporta un periodo di crisi, una crisi che non può essere azzerata, evitata. Chiede invece di essere attraversata, cercando di far maturare, insieme e oltre alla naturale e liberatoria espressione del malessere, una più acuta e lucida consapevolezza di sé, forza preziosa che ci sosterrà nella ricerca di nuove opportunità.

I sentimenti e l'interiorità di chi ha perso il lavoro vanno sostenuti alla pari del suo reddito, ed è fondamentale che coloro i

quali, per professione o per affetto, si trovano al fianco di chi attraversa questi passaggi di vita, possano ascoltare e dar voce anche ai bisogni più interiori, e non lasciarsi intrappolare da domande come: stai cercando? hai già trovato? come? quanto? quando? dove?

La persona che ha perso la sua occupazione ha bisogno di ricostruire innanzitutto la fiducia in se stesso/a e nel futuro, perché il lavoro non è una merce qualsiasi, da offrire su un mercato al miglior acquirente, attribuendogli un prezzo in base alla scarsità, alla concorrenza o alle sue caratteristiche. Nel lavoro c'è dentro una persona, un essere umano i cui diritti e i cui sentimenti vanno ben oltre i calcoli economici. E c'è l'integrità del sé di questa persona, che rischia di non poter guarire dalla ferita che ha subito.

Nei racconti di chi perde il suo lavoro c'è il grande tema della solitudine, più esattamente la condizione di isolamento sociale e talvolta anche affettivo in cui precipita la persona che si sente defraudata della sua vita, e il sentimento di vergogna e profonda inadeguatezza che prova il disoccupato di lungo corso. Sono vissuti, questi, capaci nel tempo di schiantare anche le personalità più toniche, e hanno bisogno di essere accolti, magari ascoltati anche a domicilio, per poi arrivare ad essere condivisi e superati attraverso esperienze di gruppi di ri-motivazione e di ri-socializzazione.

## I VOLTI DEL DISAGIO

A volte, per far rimarginare la ferita, ed essere in grado di mantenersi psicologicamente vivi in attesa di un rilancio, occorre poter sperimentare forme di «impiego» di sé stessi anche non direttamente produttrici di reddito. Charles Handy, della *London Business School*, sottolinea che, dal punto di vista umano e sociale, si può considerare lavoro non solo quello retribuito, che produce beni o servizi, ma anche il lavoro volontario, al servizio della comunità, che viene svolto per beneficenza, per passione, per impegno civile o politico. È impiego finalizzato di sé anche il lavoro domestico, quella fetta del Pil che nessuno conteggia, fatta di gesti di manutenzione, di accudimento e di cura, preziosi per la vita, ed infine è da considerarsi impiego di sé anche lo studio, l'acquisizione, il perfezionamento e la manutenzione di strumenti culturali e competenze professionali. Solo il primo produce un reddito, ma non sarebbe impossibile pensare che tutte le organizzazioni che svolgono servizi paralleli o sostitutivi di quelli pubblici possano ricevere, anche da privati, finanziamenti che permettano loro di retribuire, almeno in parte, le persone che si impegnano a fornire quei servizi e quella presenza di cui poi tutti i cittadini possono beneficiare.

Questo tipo di esperienza permetterebbe in più alle persone disoccupate di mantenere una solida rete sociale e un'immagine positiva di sé, un allenamento alla socialità e all'impegno che saranno training preziosi per sostenere l'attesa e il rilancio. Un grande apporto positivo alla manutenzione della salute psicologica proviene dalla possibilità di pensare ex novo la propria collocazione professionale futura, sciogliendo l'identificazione ormai non più recuperabile tra la propria identità personale, il significato della propria esistenza e il lavoro che si era svolto in passato. Sentire e valorizzare chi siamo, al di là dell'abito professionale che ci era consueto, scoprire e valorizzare talenti nascosti, ci permette di immaginare un futuro anche in altri contesti, ridando valore e profonda dignità umana a professioni che non avremmo mai sperimentato. È attraverso questi passaggi che una crisi così dura e profonda può essere colta anche come occasione di un ripensamento profondo del proprio stile di vita e del proprio sistema di valori.

Le esperienze realizzate finora in Italia, tra le quali la rete di soccorso «Terraferma»,

una task force di qualche decina di psicologi, per nove decimi composta da donne, già attiva in molte regioni, reperibili per telefono e per mail, dimostrano quanto sia importante l'ascolto e la condivisione, e quanto sia sostenente mantenere una posizione etica, davanti alla crisi economica che colpisce il singolo. Il primo contatto e l'ascolto di emergenza, rivolti per lo più ad imprenditori ed artigiani schiacciati dai debiti, sono gratuiti, e il lavoro di sostegno psicologico successivo di cui la persona avrà eventualmente bisogno è svolto a tariffe agevolate.

A Milano, e da poco anche a Roma, il Centro Milanese di Psicoanalisi offre un trattamento gratis o a prezzi sociali, alle fasce più fragili della società, e l'offerta gratuita (aiutare le persone che sentono più acutamente il disagio collettivo e lo vivono più dolorosamente sulla propria pelle, con l'aggravante di non disporre di risorse né economiche né culturali), viene compensata con la possibilità di svolgere, attraverso questo servizio, progetti di formazione e ricerca, soprattutto poter osservare coi propri occhi un quadro diretto e ampio di come cambiano le forme della sofferenza psicologica, e di quali nuove risposte occorrerà trovare. In un futuro molto prossimo forse occorrerà pensare a forme di sostegno per grandi gruppi, o ad interventi destinati all'intera comunità, a forme di ascolto e supporto da sviluppare anche attraverso i nuovi media e i social network. Sono strumenti potenti e delicati, che richiedono una coscienza etica quanto mai sensibile e vigile.

Certo è che la comunità sociale, per poter proteggere i suoi membri dalle conseguenze più demolitive di questa esperienza di perdita, ha bisogno di non vedersi sottratte, proprio ora, le risorse preziose destinate a progetti e servizi territoriali di sostegno e di prevenzione del disagio.

Proprio ora che la durezza di certi esiti esistenziali della crisi rischia di travolgere le persone meno strutturate, o quelle che hanno la rete di sostegno familiare più fragile, proprio adesso sarebbe il momento adatto per investire di più nelle azioni di protezione dei cittadini più esposti, per non trovarsi domani con disturbi gravi cronizzati – che costano anche sul piano economico –, o cronache di suicidi (rapporto Eures) – che costano la vita a chi li compie, la devastazione alle famiglie, e un'ombra incancellabile all'intera comunità sociale.

della stessa Autrice

**PSICOLOGIA  
DEL  
QUOTIDIANO**

pp. 168 - € 20,00

**COSE  
DA GRANDI**

nodi e snodi  
dall'adolescenza  
all'età adulta

pp. 176 - € 20,00

**PIANETA  
COPPIA**

così vicini  
così lontani

pp. 264 - € 18,50

(vedi Indici

in RoccaLibri

[www.rocca.cittadella.org](http://www.rocca.cittadella.org))

per i lettori di Rocca  
€ 15,00 ciascuno  
spedizione compresa

richiedere a  
Rocca - Cittadella  
06081 Assisi  
e-mail

[rocca.abb@cittadella.org](mailto:rocca.abb@cittadella.org)

**Rosella De Leonibus**