

Relazione dell'incontro di Ozi d'Autore del 9 novembre 2017, condotto da Rosella De Leonibus, sul tema "Conosci te stesso/a?"

L'evento è il primo di una serie di incontri culturali, "Ozi d'autore", dedicati alla discussione e diffusione di temi di attualità psicosociale. Quest'anno la X edizione è intitolata "Riconoscersi - un viaggio tra sé e il mondo", in quanto riguarda attività e riflessioni incentrate sull'argomento dell'identità.

La discussione della prima parte del workshop si concentra appunto sulla definizione di identità: in quanto "fondamento della vita", è caratterizzata da una componente di costanza e stabilità, ma allo stesso tempo, e soprattutto, da una componente di mutamento e trasformazione. Pur mutando, siamo sempre gli stessi, possiamo riconoscerci come una stessa persona in continua trasformazione. Anche se l'identità non può essere stabilita una volta per tutte, c'è comunque una continuità, che è data dalla memoria e dalla coscienza di sé. Da questo deriva che il riconoscimento di sé viene impedito dalla rottura della continuità, operata dal trauma, che spezza e interrompe le fila del percorso di evoluzione del soggetto. L'autocoscienza permette all'uomo di osservarsi: diventa lettore di un libro che è egli stesso, la cui lettura lo porta a riconoscersi o a non riconoscersi, individuando ciò che egli ritiene appartenergli o non appartenergli. L'io conduce un dialogo interiore, costruisce un senso del sé. Un primo strumento importante per il bambino che inizia a comporre un'immagine di sé è proprio la narrazione di fatti che lo riguardano, operata dalle figure di accudimento: nella storia trova una continuità nella quale può riconoscersi. Tuttavia è proprio grazie all'autocoscienza che permettiamo a noi stessi di conoscerci, con un potere che è nostro e che non possiamo attribuire ad altri, che è il medesimo del tempio dell'oracolo di Delfi dedicato ad Apollo, che proclamava sul frontone: "Conosci te stesso".

Questa concezione di un sé processuale, costruito momento per momento, si oppone a una teoria ontologica del sé, che ammette un'identità che è sempre la stessa, nella quale non è possibile alcun rinnovamento, restando immutabile e passiva agli eventi che la travolgono. È una visione che mi permette di dire solamente "io sono"; l'idea di un sé processuale concilia invece il mutamento costante con la stabilità, che tiene insieme la storia dei cambiamenti dell'individuo attraverso la narrazione e che gli permette di riconoscersi ammettendo "Io ero... Io sarò...". E non c'è narrazione senza un interlocutore, qualcuno con cui entrare in relazione e che permette al soggetto di esistere. L'io nasce a partire da un Tu, e grazie alla loro relazione, alla loro interazione, nasce anche il senso di identità, composto da tante sfaccettature, quanti sono gli aspetti della vita umana: dimensione corporea, relazionale, sociale, emotiva, cognitiva, etica...

A questo punto, nella parte esperienziale dell'incontro, a ognuno è stato chiesto di riflettere e di costruire una "Carta d'Identità molto personale", riguardante il qui ed ora, il soggetto attuale. Ogni partecipante ha inserito:

- un'immagine simbolica che lo definisce come persona (oggi);
- la marcia in più da lui posseduta (oggi);
- il suo tallone d'Achille (oggi);
- un rimpianto;
- un sogno;
- una promessa significativa per se stessi.

Parlando di ogni punto in gruppo, sono nate suggestioni e riflessioni con i feedback dei partecipanti, che hanno contribuito nell'immediato a essere una cassa di risonanza per le personali parole di ognuno, a testimonianza della componente relazionale e processuale del sé.

Veronica Bartolini, Alessandra Castellani Mencarelli

Tirocinanti del Corso di Laurea in Filosofia e scienze e tecniche psicologiche, curriculum in Scienze e Tecniche Psicologiche, dell'Università degli Studi di Perugia, presso l'Ass.ne CIFORMAPER- Gestalt Ecology®