

## Esperienza personale di tirocinio al Centro di Aiuto alla Vita (C.A.V.) di Messina

Nel febbraio 2010 è iniziato il mio tirocinio pre-laurea di psicologia presso il *Centro Polifunzionale per la Famiglia del C.A.V. "Vittoria Quarenghi"*, una realtà fortemente voluta dalla sua presidente, Irene Visigoti, che dal 1987 si adopera proficuamente e notevolmente per garantire alle famiglie più bisognose di Messina e provincia un servizio ottimale che si adatti ai continui cambiamenti che una società complessa, come quella di oggi, opera sul sistema famiglia. Nel corso di questi 3 lunghi ed intensi anni ho avuto modo di apprendere ed ampliare sempre più il mio bagaglio personale e culturale, confrontandomi con un gruppo unito e forte di un'esperienza lunga quasi 30 anni.

Il mio percorso all'interno del CAV inizia con il servizio di accoglienza (che svolgo nei giorni di martedì e venerdì), un'attività volta all'intrattenimento e alla preparazione di uno spazio che faccia sentire accolti gli utenti disagiati; spesso, infatti, ho visto arrivare, presso le due sedi appartenenti a due zone distinte della città (Via Fossata – sede centrale; Policlinico Universitario "G. Martino"), famiglie spaesate e preoccupate per la loro condizione di svantaggio socio-economico e impaurite dall'impossibilità di poter garantire un minimo di benessere fisico, economico e psicologico ai loro figli, spesso nuove vite che dovevano ancora venire al mondo. E, in qualità di operatore dell'accoglienza, ho cominciato a relazionarmi con gli utenti trasmettendo loro informazioni corrette sul funzionamento del Centro e la sicurezza di non essere soli, di poter contare su figure professionali che potevano sostenerli sotto molteplici aspetti (tra cui ginecologo, pediatra, dentista, psicologo-psicoterapeuta, avvocato, ecc.).

Il lavoro di accoglienza e di empatia prosegue con l'ascolto, che ho avuto modo di fornire agli utenti come volontaria il mercoledì pomeriggio, desiderosa sia di proseguire il lavoro intrapreso con il tirocinio trimestrale, sia di poter continuare a modellare la mia formazione. Ricordo ancora l'ansia del mio primo colloquio, l'attesa della mia prima utente e il timore di non saper gestire le emozioni all'interno della relazione; ho imparato, come prima cosa, ad abbassare ogni forma di controllo e a farmi guidare proprio dalle emozioni che sono quelle che più ci trasmettono qualcosa dell'altro ma anche di noi stessi e ho cercato di costruire uno spazio protetto in cui l'utente potesse dedicarsi a se stesso e acquisire una consapevolezza che potesse portarlo a vedere la propria vita da nuovi e importanti punti di vista.

Il principale riferimento teorico del CAV è la Psicologia Umanistica e, in particolare, il counseling non-direttivo di Carl Rogers, il fondatore della terapia centrata sul cliente basata sull'empatia, sulla congruenza del terapeuta e sull'accettazione positiva incondizionata così che la persona, sentendosi ascoltata e capita, possa fare emergere il suo Vero Sé (spesso soffocato da un Falso Sé su base compiacente). Il mio obiettivo primario è stato quindi quello di utilizzare l'empatia come strumento per la creazione di una relazione affettiva basata sull'accettazione, sul rispetto e sulla valorizzazione delle risorse personali. Su queste basi, ho potuto relazionarmi con giovani donne in gravidanza alle prime armi o alle prese con l'arrivo, spesso indesiderato, dell'ennesimo figlio, attivandomi su diversi fronti:

- Fungendo da specchio per l'utente, in modo da operare un rimando delle emozioni e dei desideri che spesso agiscono in modo inconsapevole.
- Stilando il cosiddetto *Progetto Gemma*, un servizio a carattere nazionale che consiste nel sostenere la gestante in difficoltà economiche che ha la tentazione di abortire con € 160,00 al mese per 18 mesi (sostegno erogato tramite la "FONDAZIONE VITA NUOVA" di Milano, i cui volontari si impegnano con versamenti per aiutare la mamma e il suo bambino); in tal modo si sostengono ogni anno circa 30 maternità problematiche.
- Attraverso un continuo e proficuo confronto con gli altri operatori durante la riunione mensile di *Supervisione*, condotta da uno psicologo, che consente l'elaborazione dei vissuti personali e delle problematiche incontrate durante i colloqui.
- La possibilità di sostenere le famiglie e il bambino anche dal punto di vista materiale, attraverso derrate alimentari, prodotti dietetici per lattanti e strumentario per l'infanzia.

Ogni passaggio è stato caratterizzato da particolari vissuti emotivi: la soddisfazione nel creare spunti di riflessioni che potessero aumentare la consapevolezza nell'utente e, talvolta, permettere cambiamenti interiori; la speranza e l'impegno nella stesura dei Progetti Gemma (compresa la felicità per ogni sua approvazione); le tante emozioni vissute in gruppo il quale ha rappresentato, a sua volta, il mio specchio e spunto di riflessione personale; la dedizione nel preparare i corredi per i bambini che stavano per nascere ma, soprattutto, la loro nascita che per me è sempre stata una vittoria e una grande gioia quando le giovani mamme mi presentavano al loro piccolo come colei che aveva permesso loro di essere insieme oggi. Tutte emozioni che ho vissuto grazie a chi ha permesso che io potessi portare il mio piccolo contributo all'interno del CAV e ha avuto fiducia nella mia crescita professionale.

In particolare, le riunioni di formazione, i gruppi d'incontro e le riunioni organizzative del giovedì, a cui ho partecipato fin dall'inizio, hanno concorso a rendermi più forte e più sicura di me: col tempo sono entrata sempre più a farne parte aumentando i miei interventi all'interno del gruppo, le mie partecipazioni alle simulate, le mie manifestazioni emotive; tutto ciò ha concorso notevolmente a farmi acquisire una consapevolezza sia a livello personale che di gruppo e mi ha permesso di sentirmi parte integrante di questa benefica realtà.

Alternando tirocini post-laurea universitari a servizi di volontariato, ho avuto l'opportunità e il piacere di condurre due ricerche all'interno del Centro che descrivono la tipologia di utenza e le caratteristiche personali all'interno del sistema familiare.

La prima ricerca, nel 2010, dal titolo *"Valutazione del Parenting in Madri con Svantaggio Socio-culturale"*, aveva l'obiettivo di valutare l'eventuale diminuzione della qualità del parenting (coinvolgimento nelle attività del figlio, disciplina incoerente, etc.) e un eventuale incremento dello stress delle madri che vivono in condizioni di rischio psicosociale rispetto a campioni normativi di riferimento. Mi è stato così possibile individuare, con l'ausilio di una scheda socio-anagrafica, lo stato familiare dell'utente e i fattori di rischio sociale: le difficoltà manifestate, alcune caratteristiche personali, del partner e dei figli, le condizioni relative al rapporto di coppia, i legami con le famiglie d'origine, la rete di relazioni sociali.

Ho potuto rilevare un parenting poco sollecito del campione di madri rispetto alla norma, dovuto ad un minore coinvolgimento nelle attività del figlio e ad un parenting meno positivo, inteso come minore capacità delle donne di soddisfare i bisogni fondamentali del proprio figlio sia da un punto di vista fisico (alimentazione, pulizia, salute), sia psicologico (sicurezza, autonomia, indipendenza). Inoltre, il genitore svantaggiato sperimenta vissuti negativi (ansia, disagio, coping negativo agli eventi stressanti) che influenzano il suo ruolo a causa di fattori stressanti quali un basso senso di competenza, rapporti poco sereni o conflitto con l'altro genitore e carenza di supporto sociale.

Sulla base di questi risultati, nel 2012 ho approfondito *"Il ruolo dell'Autoefficacia materna nelle pratiche di Parenting in condizioni di Rischio Psicosociale"*, poiché le convinzioni di autoefficacia genitoriale rappresentano un fattore di protezione nei confronti del buon adattamento sociale dei figli e riguardano più ambiti di competenza: il sostegno, la comunicazione, la valorizzazione, il coinvolgimento in attività scolastiche e del tempo libero, la supervisione ed il controllo.

Nell'ultimo periodo trascorso al CAV ho avuto modo di partecipare al laboratorio ludico-ricreativo destinato a bambini con disagi psicosociali che influenzano ogni aspetto della loro vita, primo fra tutti il gioco. Questa esperienza mi ha permesso di relazionarmi con bambini che vivono, in modi

diversi, difficoltà affettive,relazionali e cognitive e le riversano sull'intero gruppo, il quale funge da contenitore emotivo per ognuno di loro; inoltre, il laboratorio rappresenta l'esempio emblematico del lavoro svolto all'interno del CAV, nell'ottica che i vissuti infantili si ripercuotano nell'intero arco di vita dell'individuo.

I risultati delle mie ricerche e la partecipazione alle diverse attività che il CAV fornisce hanno aumentato il mio coinvolgimento e la mia conoscenza nei confronti del tipo di utenza del Centro e delle problematiche che presenta a livello individuale, relazionale e sociale incrementando, di conseguenza, la mia consapevolezza sull'importanza della conoscenza di sé, delle proprie emozioni e delle relazioni; tutto questo è possibile attraverso lo sviluppo di abilità di comunicazione, negoziazione, tolleranza, cooperazione, strumenti imprescindibili che mi sono stati gentilmente e professionalmente trasmessi e che sono fondamentali per lo sviluppo di ogni uomo in ambito educativo, affettivo, sociale e lavorativo. Tutte queste acquisizioni, insieme alla certezza che ciascuno nella sua unicità contribuisce all'arricchimento dell'altro, mi hanno permesso di maturare e diventare la persona che sono oggi e mi accompagneranno per sempre durante il mio cammino personale e professionale.

*Dott.ssa Gravina Isabella*