

DOSSIER

SOMESH VALENTINO CURTI

di nuovo  
migranti

# Meglio una scelta consapevole

**H**o lasciato l'Italia nel 2009, dopo essermi licenziato da un lavoro a tempo indeterminato come psicologo per tossicodipendenti e migranti di strada, presso una delle associazioni più importanti d'Italia impegnate nel sociale.

Avevo bisogno di aria nuova, di rinascere, di trovare me stesso e una collocazione in cui potessi ri-iniziare a vivere in un modo nuovo e creativo. A volte bisogna ripartire da zero, e cambiare paese può essere un'opportunità per un cambiamento di identità radicale. Porre l'avventura, l'imprevedibilità e l'ignoto davanti a sé spaventa ma eccita allo stesso tempo, ed è il fondamento della nostra crescita come individui.

La mia prima tappa da migrante è stata l'India. Mi ero licenziato e dopo tre giorni ho iniziato a chiedermi: "E adesso? Che faccio?". Non ne avevo idea, ero libero ma non sapevo cosa farne della mia libertà! Così ho pensato a cosa mi sarebbe piaciuto fare più di ogni altra cosa, e la risposta è arrivata chiara e diretta: "India!". L'eccitazione iniziava a pulsarmi nelle vene! Qualcosa di vivo si era impossessato di me, insieme a un misto di paura, ansia e dubbi. Avevo deciso, Pune mi aspettava! Infatti come *meditatore* l'India rappresenta la madre lontana a cui fare visita prima o poi nella vita. Avevo deciso di andare a vivere in una comune spirituale, in cui avrei potuto meditare e lavorare sentendomi protetto e supportato, in quel difficile momento del mio processo di rinascita. Visto, passaporto, aereo ed eccomi dall'altra parte del mondo a vivere mille esperienze, conoscere persone da ogni paese del mondo e a trovare i contatti per il mio secondo passo da migrante... la Grecia! Degli amici, uno spagnolo e una russa, aprivano un nuovo centro di meditazione a Santorini; era il 2010, ero spiantato e senza dimora...



ecco un'opportunità da prendere al volo! La Grecia sarebbe stata la mia nuova patria? Passai su quell'isola paradisiaca sei mesi, lavorando per il nuovo centro e arrotondando pulendo piscine alla mattina e servendo ai tavoli la sera. In pratica non dormivo, guadagnavo e mi divertivo! Il centro però stentava a decollare, le rela-

## Migrazione attiva e passiva: l'individuo e la massa

Partire per un paese per cercare di dare una svolta alla propria vita può essere un'esperienza fondamentale. Ma ora rischia di tornare a essere, anche per gli italiani, una fuga disperata.



■  
■  
■  
Chiara Dazi.  
Il rientro  
dalla famiglia  
in Moldavia  
per le vacanze.  
Questo ragazzo  
si riposa dopo  
aver avuto  
una nottata  
molto difficile  
in viaggio.

zioni tra gli organizzatori non erano buone e la prospettiva di stabilirmi lì, malgrado i tramonti da sogno, non era fattibile. Dovevo ripartire di nuovo.

Finita quell'esperienza avevo in tasca esattamente la somma che mi serviva per realizzare

un mio vecchio sogno: andare a vivere ad Amsterdam e seguire un *training* in sessuologia, presso un centro di terapia e di meditazione olandese. Un centro che ho amato e amo tuttora per la grande umanità che i terapeuti trasmettono a chi lo frequenta. Un posto che avevo visitato in passato e che mi aveva intimamente colpito, tanto da farne la meta del mio terzo passo come migrante. Presi i soldi, fatta la valigia e pagata una stanza per due mesi in una comune, arrivo in una sera di gennaio ad Amsterdam. E chi avrebbe mai immaginato che ci avrei passato più di due anni! Che avrei cambiato cinque o sei alloggi, iniziato a lavorare come psicologo e che avrei messo radici, innamorandomi di una bella ragazza locale! Il mio obiettivo iniziale era di sopravvivere per un anno e vedere se fosse stato possibile frequentare il secondo anno del corso. Insomma, profilo basso, poca stima, nessuna conoscenza del territorio, delle sue regole e opportunità. Uno sprovveduto ma con una profonda determinazione che a testa bassa sfidava le intemperie bicicletando per otto ore al giorno per cercare lavoro. E ho iniziato così, facendo di tutto: volantinaggio, modello per scuole d'arte, cameriere in ristoranti e hotel, babysitter e... psicologo! Perché tramite un annuncio *online* il mio primo cliente mi aveva contattato e avevo iniziato così a lavorare dopo più di un anno a secco. Passo dopo passo, sono riuscito a inserirmi, a diplomarmi nel corso e a costruire la mia nuova identità come individuo e come terapeuta. Da zero a mille!

DOSSIER

## di nuovo migranti

Questa è in breve la mia storia fino a oggi. È un esempio, come i tanti che ho ascoltato nelle sedute con i miei pazienti (per lo più italiani dai 20 ai 38 anni), amici e conoscenti. Ognuno di noi ha una sua storia, un suo motivo per migrare e un suo percorso particolare. Ogni migrante non fa statistica, è unico e prezioso in quello che ha da raccontare e condividere. Ad Amsterdam ho scoperto che il modo che hanno qui di chiamare i migranti è *Expats*, dall'inglese *expatriates*, che significa "espatriati". È una parola che non usiamo in Italia e che qui è molto di moda. Sta a indicare, secondo la mia esperienza, i migranti dal profilo socio-culturale medio o alto che hanno scelto di viaggiare per fare esperienze, per opportunità di lavoro, di studio o che vogliono realizzare un progetto. Insomma *expat* va a identifica-

re, in generale, chi è emigrato a partire da una scelta individuale e non da un mandato sociale. Un tipo di migrazione aperta all'integrazione, alla voglia di conoscere persone e fare esperienze, che definirei "attiva": proiettata verso un futuro che, nonostante i nuvoloni dell'economia mondiale, possiamo definire positivo e di crescita. Tantissime persone sono venute ad Amsterdam con progetti di vita da realizzare e con l'idea di poterci almeno provare; cosa che in Italia, Grecia, Spagna e Portogallo viene data per impossibile.

Ognuno di noi ha una sua storia,  
un suo motivo per migrare  
e un suo percorso particolare.



## Expatri Therapy

SOMESH VALENTINO CURTI

La pratica lavorativa che ho elaborato nell'*Expatri Therapy* (terapia per *expats*), consiste nell'offrire supporto psicologico agli italiani e agli *expats* (immigrati) in Olanda che vivono un momento difficile nella loro vita.

In particolare, vengono affrontati i seguenti contesti terapeutici: le instabilità emotive, come ansia, depressione, stress, situazioni di crisi e conflittuali; il processo di adattamento da *expat*, tramite un supporto nell'esprimere le proprie potenzialità, nell'affrontare le paure e la solitudine e nel creare relazioni sane e arric-

centi. Anche la dimensione relazionale e sessuale fa parte degli ambiti affrontati, per aiutare a chiarire le situazioni relazionali. Il mio approccio si basa sull'integrazione di tecniche terapeutiche (ascolto, specchiamento, rilascio emozionale ed esercizi di espressione corporea) con tecniche creative (danza, pittura, scrittura e teatro) e tecniche meditative (meditazioni dinamiche e di osservazione).

Per saperne di più: [www.expatri-therapist.com](http://www.expatri-therapist.com)

Rispetto a due anni fa, quello che si nota è però un cambiamento: sembra infatti che questi flussi di migrazione individuali e attivi si stiano trasformando in flussi che definirei di gruppo e "passivi". Sembra che la crisi che colpisce i paesi sopracitati spinga sempre più persone a venire in Olanda per necessità sociale, per scelta obbligata, passivizzando l'individuo e facendone una vittima della situazione. Lo si vede bene quando si incontrano i migranti che arrivano dall'est europeo o dalla Turchia, che non sono nuovi a questi tipi di migrazione. Amici e parenti creano lo spazio per i connazionali di modo che si possano subito inserire lavorativamente. Si tratta di migrazioni che in generale sono prive di una spinta individuale, dove si pensa solo al guadagno e tutto l'aspetto del vivere un'avventura per sé stessi si perde. Si creano così gruppi chiusi, e interi quartieri vengono occupati nel ricreare in piccolo la realtà del paese d'origine: ecco la comunità chiusa. Questi popoli migrano come gruppi, seguendo un mandato sociale e lasciando pochissimo spazio all'individualità. Trovo che questo tipo di migrazione, che interesserà sempre di più l'Italia – ricordando le grandi emigrazioni del passato –, sia deleteria e non sana da un punto di vista socio-psicologico. Purtroppo le ragioni economiche e la disoccupazione spingono molte persone che non l'avrebbero mai fatto a lasciare un paese per un altro. E spingono anche chi vuole veramente migrare a farlo non per rea-

lizzare un proprio progetto di vita o per poter vivere delle esperienze nuove, ma perché la situazione lo obbliga.

Il passaggio da una migrazione attiva e individuale a una passiva e di gruppo crea isolamento e chiusura sociale. Vedo solo pochi individui che tentano di farne un progetto di vita proprio, che vada al di là del mandato sociale o della condizione economica. Migrare è bello, sano e fa crescere come individui. Dà una varietà di esperienze e di stimoli che ci fanno fiorire in creatività, conoscenza del mondo e amore per la vita. Il rischio che in Italia si torni a una migrazione forzata e disperata è alto. Sta a chi si occupa di cultura, alle scuole e alle famiglie il compito di sostenere i ragazzi a muoversi solo se veramente lo vogliono e, se sono invece costretti, che almeno lo facciano "bene", ovvero da individui che vogliono realizzare sé stessi, il proprio potenziale e migliorare la propria vita.

Dobbiamo investire sull'individuo e sulla sua forza. Per quanto una situazione di vita possa essere disperata o difficile abbiamo sempre la possibilità di scegliere come viverla: seguire la massa o distinguerci come individui. Possiamo cioè lasciare che sia la situazione a dirci cosa fare e come, oppure possiamo alzarci dalla massa e distinguerci, dando alla migrazione il nostro personale e unico significato. Abbiamo sempre la possibilità di trasformare quella che è una situazione ostile e imposta in un'avventura in cui

Chiara Dazi. Parascodia rientra a casa dopo essere stata all'ufficio postale di Sarata Galbena il giorno del pagamento delle fatture dell'Union Fenosa (la compagnia fornitrice di energia in tutto il sud della Moldavia). I suoi quattro figli e un nipote sono in Italia per lavorare.

DOSSIER

## di nuovo migranti



nuove possibilità di realizzazione di sé si manifestino. Mi spaventa la situazione odierna per quello che sta facendo a danno della gente, che perde i guadagni, lavoro e fiducia in sé stessa. Ma non dobbiamo arrenderci come individui. Lo abbiamo visto bene alla fine della Seconda Guerra Mondiale, quando nei processi i gerarchi nazisti delegavano le proprie responsabilità a chi era più alto in grado o alla situazione che si era creata, dicendo che... non avevano scelta! È un esempio estremo, ma come tale rende bene l'idea per capire dove la delega del proprio potere decisionale porta. Massificare la migrazione ci passivizza e scoraggia, perché ci pone come vittime della situazione, mentre dovremmo chiederci: "Come posso fare per affrontarla al meglio?". Credo che un individuo in quanto tale sia più forte di ogni tipo di situazione avversa perché, come l'erba si

■  
■  
■  
Chiara Dazi.  
Su una *marsh-  
rutka*  
(minibus),  
il mezzo  
di trasporto  
principale  
di Chisinau,  
la capitale  
della  
Moldavia.  
Con una  
superficie  
di 120 km  
quadrati,  
la città non ha la  
metropolitana.

piega con il vento e non si spezza, così l'uomo ha la flessibilità psicologica necessaria per affrontare cosa gli accade, dando la propria e unica risposta. Se non lo facciamo, assisteremo al nascere di una serie di malanni che prendono il nome di ansie sociali, rabbie, paure e stress che ci rendono schiavi del nostro tempo e ci tolgono il sorriso. E lo faranno perché abbiamo delegato al mondo esterno il potere di darci la felicità, mentre credo che sia proprio il contrario: sorridere nasce da una disponibilità interiore verso la vita, da una attitudine di apertura e di libertà individuale. Bisogna ricordarci di essere sempre responsabili, ovvero capaci di rispondere alla vita e a quello che ci pone di fronte, rimanendo individui che si ergono dal mare indistinto delle masse.