

## **SUPERARE IL DOLORE PER LA PERDITA O LA MANCANZA DEL LAVORO**

*Nel mese di luglio 2011, i disoccupati in Italia erano più di 2.000.000.*

*Una cifra notevole, che dà immediatamente la dimensione dell'enorme problema economico che rappresenta, ma che ci consegna, anche, l'altrettanto enorme sofferenza umana che i numeri, a volte, nascondono.*

*Quando una persona perde il lavoro, anche transitoriamente, sente che viene coinvolta pericolosamente l'organizzazione della sua vita materiale, ma anche la sua vita relazionale ed emotiva viene messa fortemente in crisi. Ci si può sentire soli, isolati, privati di dignità sociale, ci si può sentire falliti e assumere su di sé la colpa della disoccupazione.*

*Non avere lavoro e\o non riuscire a trovarlo, mette in discussione il nostro ruolo sociale e la stima che abbiamo di noi stessi, in quanto evoca idee di incapacità o di impotenza. A volte, a poco vale pensare che siamo all'interno di una crisi economica che investe tutto il paese, che riguarda tutti.*

*Il peso maggiore viene sopportato comunque a livello individuale, perché è l'individuo che deve fare i conti ogni giorno con se stesso e con la sua vita. Questa situazione può ingenerare scoraggiamento, scoraggiamento che può portare ad essere meno incisivi nella ricerca di un nuovo lavoro o, addirittura, a rinunciare alla ricerca stessa.*

*Alcuni possono sentirsi così scoraggiati da sentire il bisogno di ricorrere agli psicofarmaci, che sicuramente alleviano il tormento, ma purtroppo non aiutano a ritrovare le energie.*

*Partendo da queste considerazioni, come psicologi dell'Associazione ILEX, consapevoli che non possiamo dare soluzione al problema del lavoro, ci siamo chiesti quale contributo potevamo dare, usando le nostre competenze, alle persone che si trovano in difficoltà a causa della precarietà o della perdita del posto di lavoro e che per questo si trovano ad affrontare il disagio psicologico che ne deriva.*

*Abbiamo parlato di questa nostra intenzione con l'Assessore alle Politiche Sociali del Comune di Sesto F.no Caterina Conti, la quale ci ha messo in contatto con i sindacati, CGIL, CISL e UIL.*

*Con le organizzazioni sindacali è iniziata una buona collaborazione, che si è tradotta in reciproca conoscenza e in una ricerca, coordinata dalla Prof.ssa Patrizia Meringolo del Dipartimento di Psicologia dell'Università di Firenze, su come i delegati sindacali percepiscono gli effetti della disoccupazione e sui cambiamenti che la crisi produce nella relazione tra sindacati e lavoratori.*

*Anche l'Assessorato al lavoro della Provincia di Firenze e il Ser.T della zona Nord Ovest, hanno dato il loro patrocinio all'iniziativa.*

*La nostra convinzione di poter offrire un sostegno ne è uscita rafforzata ed abbiamo così pensato alla possibilità di proporre un gruppo di aiuto psicologico, rivolto a persone che hanno perso il lavoro e/o a cassaintegrati, partendo, appunto, dalla convinzione che l'individuo in difficoltà vada aiutato a ritrovare il suo potenziale propositivo.*

*Un gruppo di aiuto psicologico non è, come a volte si pensa, esperienza pubblica di commiserazione o semplice scambio di consigli tra persone in difficoltà. Partecipare ad un gruppo di aiuto psicologico non è neppure una implicita ammissione di una qualche infermità mentale. È, invece, un'occasione per condividere la propria esperienza con persone capaci di capire e di soffrire per il medesimo vissuto, e di accettare e comprendere la difficoltà comune. Non bisognerebbe mai sottovalutare il potere riparatore della condivisione.*

*La condivisione aiuta ad uscire dal senso di solitudine che il dolore, qualsiasi dolore, procura, sentire che la nostra esperienza non ci isola, ma ci porta vicino ad altri ci aiuta a recuperare stima, energia, voglia di fare. Il far gruppo ha in sé questo potenziale. La nostra proposta va nella direzione di aiutare le persone che parteciperanno al gruppo a ritrovare la parte migliore di se stessi.*

**Coloro che sono interessati a partecipare al gruppo possono telefonare al numero 0554496790. Risponderà una segreteria telefonica a cui lasciare il proprio recapito. Saranno richiamati al più presto per tutte le informazioni, i dettagli e l'iscrizione al gruppo. La partecipazione ai gruppi è completamente gratuita.**

**Dr.ssa Maria Rosaria De Maria - Dirigente psicologo Sert**

**Dr. Guerrino Matteo – Presidente Ass. Ilex**