

Strategie di *resistenza* e *resilienza*.

Martina Taricco – Comunità Papa Giovanni XXIII



RESISTENZA

s. f., dal lat. tardo *resistentia*, der. di *resistere* «resistere»

L'azione e il fatto di resistere, il modo e i mezzi stessi con cui si attuano. In usi generici, riferito a persone e animali, o a oggetti e forze fisiche.

La resistenza passiva, attraverso la quale le donne sembrano impotenti di fronte agli attacchi, per evitare conseguenze peggiori sulla loro sicurezza futura, è una delle strategie che le vittime usano per resistere alla violenza.

Dutton (1994) ha classificato in tre categorie le strategie di resistenza e ricerca di aiuto:

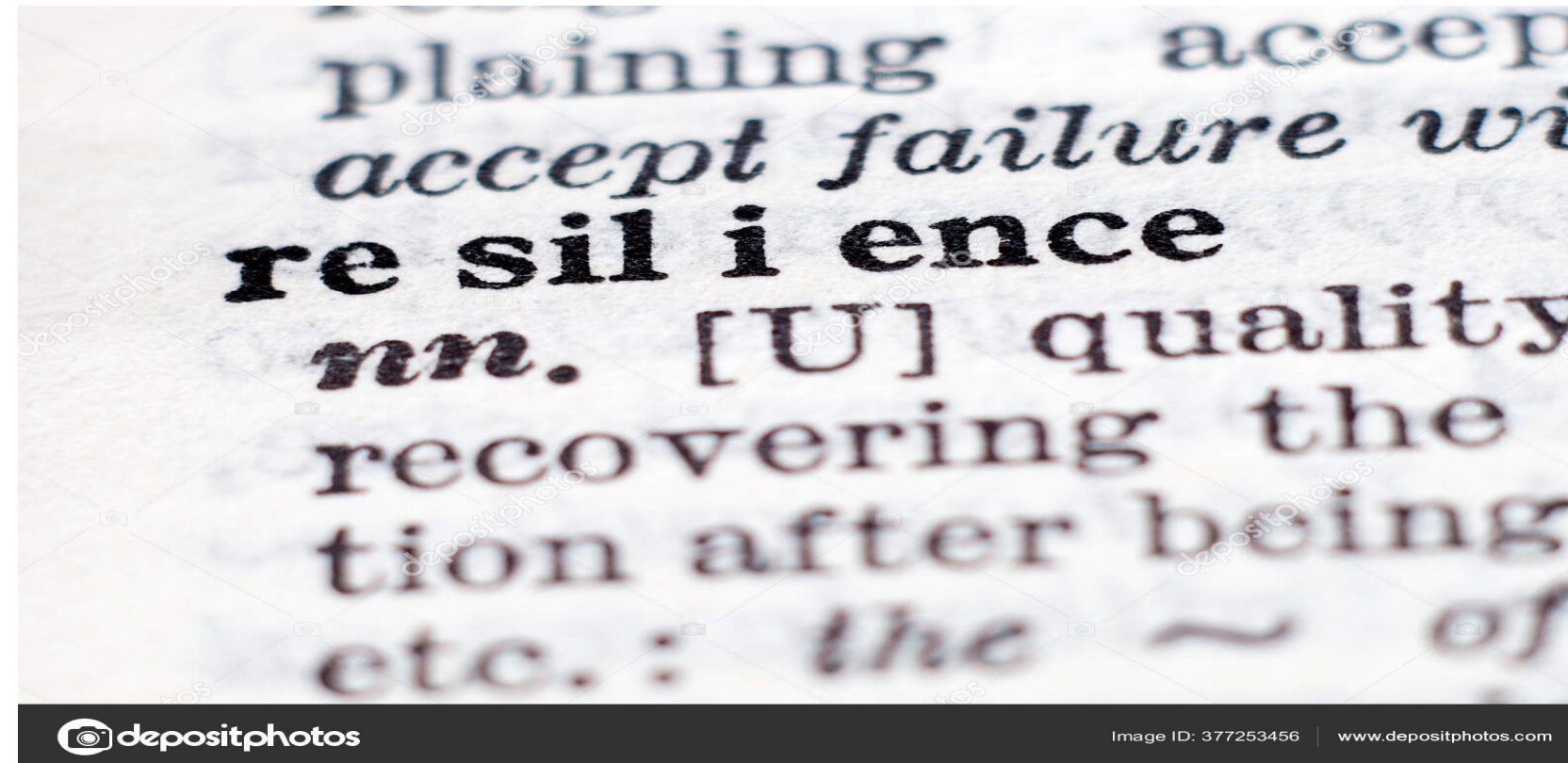
- le strategie personali, quali allontanarsi, il rispetto delle richieste del partner;
- le strategie informali, quali il ricorso ad una rete informale di aiuti (amici, parenti, colleghi)
- Le strategie formali, quali cercare un aiuto medico, rivolgersi alla polizia.



Non passò neppure un istante e Alice si introdusse nella tana dietro al Coniglio, ma come sarebbe potuta poi uscire di là fu una cosa cui in quel momento non pensò minimamente. La tana del coniglio andava dritta per un certo pezzo come una galleria, poiolgeva improvvisamente verso il basso, così improvvisamente che Alice non ebbe il tempo di pensare di fermarsi prima di accorgersi che stava precipitando giù per un pozzo molto profondo.

L. Carroll, Alice nel paese delle meraviglie





RESILIENZA

Nella tecnologia dei materiali, la resistenza a rottura per sollecitazione dinamica, determinata con apposita prova d'urto: *prova di r.*; *valore di r.*, il cui inverso è l'indice di fragilità.

CARATTERISTICHE
INDIVIDUALI

PROGETTO
MIGRATORIO

SUPPORTO
SOCIALE



La resilienza è un processo dinamico che coinvolge l'interazione tra le risorse individuali e il contesto. Viene definita come la capacità umana di affrontare, superare, e anche far breccia nelle avversità della vita, riuscendo ad utilizzare funzionalmente le proprie risorse, con una conseguente riorganizzazione della vita. Secondo diversi psicologi, si basa su tre elementi: sensazione di una base interna sicura, autostima e sensazione di efficacia personale.

La modalità di reazione alla violenza è strettamente collegata alla percezione di sé e al senso di appartenenza a una rete sociale e relazionale, propria di ogni donna e radicata anche nella sua storia personale.





CARATTERISTICHE INDIVIDUALI:

SOLIDITA' DEL SE':

ABILITA', CORAGGIO E MOTIVAZIONE sono alcune risorse di partenza che hanno un ruolo protettivo dal punto di vista della salute mentale e costituiscono una base solida.

IDENTITA' CULTURALE:

è la capacità di riconoscersi con un coerente sistema di valori e di rappresentazioni del mondo.

COPING:

è la modalità con cui una persona gestisce le situazioni critiche; le risorse di coping possono essere innate o apprese.

«Nessuna circostanza, inclusa la qualità dell'accudimento precoce o le esperienze di perdita e di abuso, contrasta pienamente lo sviluppo. Nonostante ciò, alcuni percorsi diventano più o meno probabili, poiché evolvono all'interno di un sistema organizzato allo scopo di affrontare le proprie esperienze»
(Dozier, Stovall, Albus, 1999).



«...Ogni sera era una lite perché non portavo i soldi a casa, ma non capiva che facendo l'elemosina non potevo guadagnare di più. E allora botte e urla, anche davanti a mio figlio. Quante volte avrei voluto scappare, ma mi dicevo devi resistere per il tuo bambino, non può rimanere senza padre.»

«...Ho mandato giù anni di litigi e piatti lanciati, sentendomi anche dire da mia suocera che non ero capace di fare niente. Non lo denunciavo perché avrei rovinato la dote e i miei genitori non mi avrebbero più rivolto la parola. Non mi sarei mai perdonata di essere ripudiata da chi mi aveva messa al mondo.»

«...Tutto questo è andato avanti per mesi e mesi. Ogni volta succedeva qualcosa di più grave. Avevo paura di essere rifiutata anche dalla comunità d'origine della città in cui vivevo. E allora mi mettevo il ghiaccio sui lividi, rimboccavo le coperte ai mie figli e andavo a letto. Poi un giorno mi ha puntato un coltello alla gola: mentre lo faceva mi son detta se sopravvivo me ne vado. Così è stato, ho chiesto perdono a Dio e sono scappata a chiedere aiuto alla Polizia.»



DALLA RESISTENZA ALLA RESILIENZA...dalla parte degli operatori

- <http://www.1522.eu/decalogo/>
- Particolare attenzione se ci sono minori: tutela e messa in sicurezza
- Non obbligare o convincere, il cambiamento richiede tempo
- La presa di consapevolezza non è la nostra, ma di chi chiede aiuto e che si trova quasi sempre nella posizione di non riuscire a capire realmente cosa sta accadendo
- Non sostituirci nella richiesta di aiuto
- Non tutte le donne saranno sicuramente resilienti: occorre una paziente capacità di stare accanto
- Tolleranza alla frustrazione
- Approccio interculturale

