

---

# L'abc dell'integrazione

**Autore:** Angela Mammana

**Fonte:** Città Nuova

## **L'ansia dello straniero che deve integrarsi in un paese sconosciuto. Il capitale psicologico. Il ruolo dei facilitatori. Un interessante video tutorial**

Pensiamo per un attimo di alzarci una mattina e di non capire nulla di ciò che dice la gente che incontriamo, di guardare i cartelli stradali e le etichette dei prodotti e non comprendere cosa c'è scritto, di non sapere come funziona il lavoro nella città, di **non sapere più chi siamo** e quale sia la nostra nuova identità. Ogni volta che empaticamente ho colto questa esperienza in un colloquio, ho immaginato di vivere in una bolla d'aria, di sentirmi smarrita, senza un orizzonte e un senso, di non sapere da che parte iniziare. **Ansia e angoscia, insonnia e tristezza**, spesso è questo il vissuto di tanti che vivono in quella bolla d'aria, pensando ai propri cari chissà dove e annusando un'atmosfera di solitudine. Da questa bolla è possibile uscire, per pungerla con un ago e scoppiarla, **occorre iniziare dall'apprendimento della lingua, conoscere il contesto e allo stesso tempo ri-conoscere se stessi**, passi essenziali per l'inserimento lavorativo e l'inclusione sociale di chiunque e ancora di più per chi approda in un nuovo Paese. Trovare un nuovo lavoro, ricostruirsi una vita, identificare la propria professione è una grande sfida per tutti, per chi fa l'esperienza della migrazione c'è tutto un mondo da scoprire, una cultura da imparare a leggere, le nuove usanze da vivere. **L'aspetto dell'orientamento al lavoro diventa una tappa importante del processo di integrazione**. In tutte le città italiane sono previsti dei servizi di orientamento per inoccupati e disoccupati, erogati dai Centri per l'impiego, dai Col (centri di orientamento al lavoro), dai centri di formazione e/o da varie associazioni. Attraverso il percorso la persona acquisisce informazioni utili e sviluppa maggiore coscienza di sé, dei propri bisogni/desideri, aumentando la possibilità di rendersi artefice delle proprie scelte. Aprirsi ad un servizio di orientamento, potenzialmente permette di avere informazioni rispetto alle offerte delle aziende del territorio, alle politiche attive del lavoro, una consulenza sugli strumenti di ricerca come il CV e la lettera di presentazione. Si offrono informazioni su **come muoversi nei difficili meandri della ricerca attiva**, nel proprio *networking* da costruire, sul come presentarsi efficacemente ad un colloquio e non per ultimo progettare il proprio futuro in chiave professionale. Uno degli obiettivi alla base nel processo di consulenza è l'analisi del cosiddetto "**capitale psicologico**": ovvero di quello stato psicologico, caratterizzato da ottimismo, resilienza, speranza e dalle credenze di autoefficacia (quest'ultima e la convinzione di essere capaci di poter fare una determinata cosa). Un percorso di *counseling* orientativo e di bilancio di competenze può valorizzare la persona, **l'esperienza (se è adeguata) promuove speranza e spinge all'azione**. Tutti aspetti legati anche al concetto di *self empowerment*, cioè, la possibilità di esprimere il proprio "potere", in altri termini essere protagonisti della propria vita. Benjamin Disraeli (ex Primo Ministro inglese) diceva che «Più sarà grande la conoscenza di ciò che bisogna fare, maggiore sarà il potere di sapere cosa fare»; **tutti noi possiamo essere strumenti di conoscenza per l'altro, facilitatori**, sostenitori in questa avventura, anche se a volte può essere faticoso. Personalmente posso dire che è un'esperienza di grande valore. Vorrei concludere consigliando un video tutorial che ho trovato molto interessante e utile, dal titolo: [Orienta - Strumento di orientamento al lavoro per richiedenti asilo](#). È un progetto della Soc. Coop. Soc. Abantu, finanziato dalla Chiesa Evangelica Valdese (Unione delle Chiese Metodiste e Valdesi) - Otto per Mille 2016, e prodotto dalla Soc. Coop. Soc. Lai-momo di Sasso Marconi, Bologna. Il video tutorial è disponibile in 10 lingue con sottotitoli in Italiano. Le lingue sono: Francese, Inglese, Arabo, Urdu, Bangla, Bambara, Mandinka, Fula, Wolof e Italiano.