

# **Zoe Rondini**

---

**Master Universitario in Neuropsicologia dell'età evolutiva**

***La narrazione del sé come strumento di empowerment***

**11 settembre 2022**

# INDICE

- Introduzione: chi sono, cosa faccio e cosa ho fatto
- La narrazione del sé come strumento di empowerment
- Medicina narrativa
- Scrittura autobiografica ed emancipazione: «Nata viva»  
*Lecture di estratti da parte di volontari 😊*
- Siamo tutti RaccontAbili  
*Lecture di estratti da parte di volontari 😊*
- Il progetto nelle scuole
- Esercitazione

# Chi sono, cosa faccio e cosa ho fatto

*«L'uomo nasce e piange. È così.*

*Lo ha deciso madre natura. Ma io nasco e non piango.*

*Non respiro nemmeno. Provano disperatamente a rianimarmi, ma rimango cinque minuti senza respiro.*

*Sono solo di cinque minuti, i primi della mia vita.»*

*(Nata viva, Capitolo 1)*

# Mi presento

- La **nascita** – la mia nascita è stata particolare poiché segnata da una **asfissia neonatale di cinque minuti**
- In **famiglia** mi è stata trasmessa la **volontà di non rassegnarmi**
- Alcune dei miei **traguardi:**
  - Una vita autonoma
  - La scrittura come strumento di comunicazione ed emancipazione
  - Il mio blog: Piccologenio.it, che porto avanti dal 2006
  - «Nata Viva» (Società editrice Dante Alighieri, 2015)
  - «RaccontAbili. Domande e risposte sulle disabilità» (Erickson live, 2020)
  - Essere il riferimento per una Community di oltre 1000 utenti su tematiche relative a disabilità e sessualità
  - Il giornalismo
  - Il progetto nelle scuole e nelle Università

# IL MIO PIU' GRANDE TRAGUARDO: Aver fatto della scrittura la mia professione

---

## PER ME LA SCRITTURA RAPPRESENTA

Un'esigenza primaria

Uno strumento di  
riflessione,  
introspezione e  
indagine della  
realtà

Emancipazione  
personale e lavoro



Un modo di  
comunicare e di  
interagire con l'*altro*

Un varco nelle vite  
degli altri

Il mio ruolo nel  
Mondo

# **La narrazione del sé come strumento di empowerment**

---

## **La valenza terapeutica della scrittura**

- I miei **famigliari**, all'inizio, **ostacolavano** la mia esigenza narrativa per **proteggermi da solitudine, disagio, isolamento e depressione**
- «Nata viva» mi ha aiutato a **trasformare in risorse le sofferenze della mia vita**
- La narrazione è la **forma espressiva** che continua a caratterizzare i **miei progetti più importanti**
- La scrittura del sé ha una forte **valenza terapeutica**: il fatto di **scegliere delle parole** per raccontare un evento e dar voce a un'emozione, offre l'occasione per **fermarsi a riflettere** e darsi un **tempo più ampio rispetto ai discorsi orali**

# La narrazione del sé come strumento di empowerment

## La valenza pedagogica della scrittura

- La **pedagogia classica** ha messo in luce l'importanza di come, con interventi mirati, si può **realizzare una vita attiva, piena e soddisfacente nella disabilità**
- **Makarenko** e **Montessori** hanno dimostrato come con un **metodo adeguato e progettuale** i bambini con disabilità raggiungevano risultati migliori dei loro coetanei normodotati
- Makarenko definisce il **processo interattivo della formazione** dell'io definito come: un **dinamico ed essenziale confronto con gli altri**
- Per le persone con disabilità il processo è il medesimo, ma con delle problematiche diverse: il ***diversamente abile è una persona che deve trovare, o proporre, un percorso alternativo alla via normale***

# La narrazione in medicina

- La **medicina narrativa** è un metodo di intervento **clinico-assistenziale** che, attraverso il racconto della malattia fatta dal paziente, ha come fine la costruzione condivisa di un percorso di cura personalizzato ed efficace.
- Consente di esplorare tutti quegli aspetti emotivi che caratterizzano la persona ed influiscono sulla malattia o sulla disabilità.





- **La narrazione in medicina**

---

- **Su cosa si basa:** la conoscenza e la **condivisione** di ricordi, emozioni e sentimenti **degli operatori, dei pazienti e dei loro familiari.**
- Utile per fornire un quadro assistenziale e clinico più efficace e appropriato e **permettere la realizzazione di un percorso di cura personalizzato.**
- È uno strumento prezioso per il malato per **"risignificare" l'esperienza traumatica della malattia** e aiutarlo a ricostruire la sua identità.
- **La mente così aiuta il corpo a curarsi.**

## • **La narrazione in medicina**

---

- permette ai medici, terapisti e operatori sanitari, coinvolti nel percorso di cure, di **ampliare le proprie capacità di ascolto** e imparare a **prendere in carico il paziente nella sua complessità**, non solo curando la malattia ma condividendone paure, speranze ed emozioni.
- è indispensabile per realizzare **un'alleanza terapeutica vera**, che favorisca la collaborazione, riducendo la non **aderenza al percorso di cura**.
- **varia a seconda dell'età della persona in cura**, con i bambini sotto i 4/5 anni, il principale strumento espressivo è rappresentato dal disegno, crescendo si favorisce la narrazione.
- Diffusa in diverse strutture sanitarie, un buon esempio è **l'ospedale pediatrico Bambino Gesù**.

# Scrittura autobiografica ed emancipazione: «Nata viva»

---

- **Dal diario personale al romanzo** autobiografico e di formazione
- Ciò che era nato come **strumento** per elaborare un lutto familiare e **riempire i pomeriggi vuoti** della mia adolescenza è divenuto, con il tempo, un **testo degno di pubblicazione**
- È grazie alla mia **diversità** ed al racconto di essa che sono riuscita a realizzarmi umanamente e professionalmente
- La **scrittura** ha rappresentato per me la prima vera forma di **consapevolezza e emancipazione**
- Una **via per entrare in confidenza con il mondo della disabilità**
- **Lettori** di «Nata viva» che, in qualsiasi forma, si trovano ad interagire con la disabilità, mi raccontano che grazie al romanzo riescono a **comprendere il punto di vista del disabile nella vita quotidiana**

# Vi racconto la mia disabilità attraverso «Nata viva»:

---

1. LA NASCITA
2. LA FAMIGLIA
3. LA SCUOLA
4. LA RIABILITAZIONE



# 1. Lettura la nascita

«*Nata Viva*»



## 2.La famiglia

- La nascita di una persona con disabilità **altera gli equilibri di una famiglia**. Pone diverse **sfide** e offre **possibilità a chi le sa cogliere**
- La famiglia in molti casi rappresenta **il primo aiuto**, in altri può essere **il primo ostacolo** per una persona con disabilità
- Le **reazioni** all'interno dello stesso nucleo possono essere **molteplici**: paura, gelosia, curiosità, negazione, entusiasmo e apertura
- Chi raccoglie la sfida viene travolto da **impensabili soddisfazioni, gioie, battaglie e talvolta qualche delusione**

# La mia famiglia

- La mia famiglia, pur con tutte le difficoltà del caso, si è stretta intorno a **me annullando la mia diversità** e sostenendo sempre la mia autonomia
- Nel mondo reale ho trovato anche ostacoli e barriere, gli “**altri**” **mi hanno sbattuto in faccia**, e talvolta lo fanno ancora, **la mia diversità**
- Ho imparato a reagire: dopo la rabbia o lo stupore iniziale cerco di difendere i miei diritti. Metabolizzo le vicende condividendole sul mio blog, con la speranza che ciò sia da supporto anche ai miei lettori

### 3. La scuola

- Una **corsa ad ostacoli** fin dall'inizio
- Nella mia esperienza la scuola si è dimostrata **un'istituzione incapace di interagire e rapportarsi con la diversità**
- Le **piccole esigenze pratiche** che presentavo sono state esasperate e ingigantite dal personale scolastico che ragionava solo in base alla **responsabilità**, senza riflettere sulle conseguenze che questo poteva avere sulla mia integrazione scolastica
- Ho riconsiderato il mio rapporto con la scuola, negli ultimi anni, grazie al progetto «disabilità e narrazione sé: come raccontare le piccole e grandi disabilità» ... Attraverso il quale, nel mio piccolo, cerco di contrastare il bullismo e le forme di discriminazione.



# La scuola

*«Se alle medie scappa la pipì... sono guai»*

---



## 4. La riabilitazione

- La fisioterapia per me ha rappresentato una **terapia insopportabile voluta dagli adulti**
- Oggi si è compreso che **il gioco** è un valido strumento per aumentare la consapevolezza di sé, valorizzare le proprie abilità e definire obiettivi di miglioramento rispetto alle proprie difficoltà
- Il gioco è uno strumento di crescita. Giocando si ha la possibilità di allenarsi ad affrontare le emozioni, aumentare la consapevolezza emotiva
- Il gioco aiuta a riconoscere l'errore e trasformarlo in un'opportunità, sviluppando le **capacità di *problem solving***

# La riabilitazione

«*Aggrappati ai pantaloni*»



## Aiutare gli altri a raccontarsi

Dopo aver sperimentato **l'effetto positivo** che la scrittura ha avuto su di me ho deciso di **promuovere all'esterno progetti di narrazione di sé**

# Siamo tutti RaccontAbili

---

- *Sono partita da una riflessione: Oltre che a protestare, denunciare, lamentarsi, o a fare parte di storie edificanti, chi invita i disabili a raccontarsi e a **raccontare la loro vita... “normale”?***
- Dopo 11 anni di lavoro, ne è uscito saggio polifonico che raccoglie il punto di vista delle tante persone che sotto diversi livelli vivono la propria disabilità o quella altrui → **30 INTERVISTATI**
- Mi muoveva il desiderio di sapere **COME STANNO LE PERSONE** e cosa hanno da dire, se si danno l'opportunità di riflettere su quello che vivono e se vogliono raccontare qualcosa rispetto a **famiglia, scuola, tempo libero, diritto, sanità, educazione, giornalismo, politica, integrazione, teatro, musica, sport, terapia, editoria, università, lavoro, amicizia, amore e sessualità**
- Il risultato è una **NARRAZIONE CORALE, POLIFONICA**, con le voci rappresentative di tutta **la comunità coinvolta nel vivere le tante forme di disabilità**, anche quelle imputabili alle **mancanze di un modello culturale che non riesce ancora ad accogliere tutti e tutte**

# Siamo tutti RaccontAbili

---

- Questo saggio corale ha l'obiettivo di **CAMBIARE LA NARRAZIONE DEI E SUI DISABILI**, dando loro l'opportunità di **PARLARE IN PRIMA PERSONA** e **non scegliendo solo il disabile che diventa un super eroe** grazie allo sport... o la persona che subisce un danno, viene bullizzata, o le vengono negati dei diritti: c'è molto altro di "interessante" da narrare e "far conoscere"
- Durante il lavoro di indagine e raccolta delle testimonianze quello che mi ha colpito è stata la **RETICENZA** di alcune **persone con disabilità nel parlare di sé** e della propria situazione. Questo ha generato in me un forte senso di **FRUSTRAZIONE** → cambiando metodo, con domande meno dirette, sono riuscita ad andare avanti nel lavoro e a conquistare la fiducia degli intervistati
- Anche i **NO** e le **porte in faccia** sono stati però **istruttivi**: ho potuto comprendere quanto ancora molte persone con disabilità non siano abituate a parlare di sé e della propria condizione in prima persona. Vi è, in molti casi, una scarsa consapevolezza di sé, del proprio vissuto e della propria percezione

*Vi propongo alcuni estratti dalle interviste  
raccolte in RaccontAbili su:*

---

- *Routine e Lavoro*
- *Amore, sessualità e disabilità*



# Promuovere la narrazione del sé: il progetto nelle scuole

---

- **Target:** studenti dalla V elementare alle Università
- **L'intento** degli incontri è quello di **stimolare la narrazione di sé** quale strumento di presa di coscienza dei propri limiti, mancanze, ma anche delle proprie potenzialità
- **Teoria psicologica di Bauer** alla base del progetto: *“La capacità di narrare, intesa come funzione mentale è fondamentale per dare **un’organizzazione al proprio mondo interiore** e per attribuire significati all’esperienza umana”*
- Obiettivo: **prevenzione al bullismo e rispetto di ogni differenza**
- Il messaggio: la **“diversità” è negli occhi di guarda**
- Feedback: empatia e sana curiosità!
- I ragazzini in età pre-adolescenziale sono quelli più curiosi e stimolati, sono più ricettivi dei bambini delle elementari, ma più spontanei e privi di sovrastrutture rispetto ai ragazzi più grandi



## ...Alcune domande dagli alunni incontrati...

*Zoe ti sei mai innamorata”?*

*Nei panni dei tuoi familiari cosa avresti fatto con una bambina disabile?”*

*Cosa provavi quando le tue compagne di classe e le insegnanti non ti volevano aiutare?*

*Tuo padre c'era e se era presente cosa faceva?*

*Se non avessi avuto quel “cortocircuito” al momento della nascita saresti stata comunque una scrittrice o pensi che avresti fatto un lavoro diverso?*

*Come hai fatto a raccontare la tua nascita? Ma tu te la ricordi?!*

# «Nata viva» seme di tanti progetti

L'opera teatrale «La cantastorie Zoe»



Il cortometraggio «Nata viva» (primo classificato al premio L'Anello debole - Capodarco L'Altro Festival 2016)



**IL progetto nelle scuole**  
«Disabilità e narrazione di sé; come raccontare le proprie piccole e grandi disabilità»



**Lezione annuale** presso il Master di neuropsicologia dell'età evolutiva

# Esercitazione:

*immedesimarsi nel mondo della disabilità*

- **15:45 – 16:00:** spiegazione e divisione in 5 gruppi di lavoro
  - **16:00 – 16:20:** lavori di gruppo
  - **16:20 – 16:50:** esposizione (6 minuti a gruppo)

- **5 casi** di vita reale ispirati a Nata viva & RaccontAbili;
- Ciascun gruppo attraverso un **lavoro di immedesimazione e empatia** elabora e riporta **sentimenti, percezioni, possibili interventi collegati a ciascun caso** → Approccio realistico e non buonista! Ognuno può avere le sue ragioni...
- Importante esplorare tutti gli aspetti di ciascuna situazione mettendo in luce **paure, aspettative, egoismi, difficoltà ...**
- **1 portavoce** a gruppo espone quanto elaborato.

# Esercitazione:

## *immedesimarsi nel mondo della disabilità*

1

### **La famiglia e la diagnosi**

Immaginate di essere dei genitori di un bambino con disabilità motoria, come reagite alla diagnosi? A che età e come gli spiegate la sua disabilità?

Es. Paura del futuro, paura del fatto che avrà sempre bisogno di voi, paura che soffra e che venga escluso/a, determinazione nel cercare di costruirgli un percorso di vita soddisfacente, stanchezza, sopraffazione...

3

### **L'alunno non può andare in gita come gli altri**

Siete un ragazzo del liceo che vuole andare in gita scolastica senza genitori, proprio come i vostri compagni, lo fate presente alla preside (ormai siete maggiorenti), ma vi viene detto: "Purtroppo no! I professori, i tuoi compagni e la scuola non possono e non vogliono avere la responsabilità di aiutarti". Come vi comportate? Lo fate presente in famiglia? Cosa fanno gli adulti di riferimento?

***Quali sono i vostri sentimenti e le sensazioni a riguardo?***

2

### **La scuola e le urgenze fisiologiche**

Siete un insegnante delle scuole medie, in classe c'è un ragazzo con disabilità motoria che deve andare in bagno, in quel momento non c'è la sua assistente, né la professoressa di sostegno, come vi comportate?

4

### **La riabilitazione dal punto di vista del riabilitatore**

Siete fisioterapisti o logopedisti. Seguite un bambino che ha bisogno di cure riabilitative tutti i giorni. Siete consapevoli che il percorso riabilitativo avrà degli effetti determinanti per la sua autonomia, ma il bambino si ribella, vuole giocare come e con gli altri bambini e vive la terapia come un'imposizione. Come gli ponete la riabilitazione?

5

### **La riabilitazione dal punto di vista del bambino**

Siete un bambino in età scolare, tutti i giorni, dopo la scuola e i compiti, dovete fare fisioterapia e logopedia. Il riabilitatore non tiene conto di quanto la riabilitazione sia per voi un impegno gravoso. Come vi comportate? Dove e come cercate aiuto e come si comportano gli altri intorno a voi?

# GRAZIE DELL'ATTENZIONE!

*«La vita riserva inaspettate sorprese alle persone che, nonostante tutto nascono vive»*

Zoe Rondini

Autrice, pedagoga e blogger

Sito web: [www.piccologenio.it](http://www.piccologenio.it)

Email: [zoe.rondini@gmail.com](mailto:zoe.rondini@gmail.com)

Fb, Ig & Twitter: Zoe Rondini

