

1.

1. Concetti base, mappa concettuale e narrazioni della migrazione

- 1.1 Cosa s'intende per migrare?
- 1.2 Il viaggio del migrante
 - 1.2.1 Pianificazione dell'emigrazione
 - 1.2.2 Processo di partenza
 - 1.2.3 Il tragitto
 - 1.2.4 Processo di adattamento
 - 1.2.5 Processo di radicamento o ambientamento
 - 1.2.6 Pianificazione del ritorno
 - 1.2.7 Processo di ritorno
 - 1.2.8 Riadattamento
 - 1.2.9 Mappa concettuale della migrazione
- 1.3 Le narrazioni sull'immigrazione
 - 1.3.1 Narrazioni istituzionali, narrazioni mediatiche e narrazioni sociali
 - 1.3.2 Incitamento all'odio, razzismo e violenza
 - 1.3.3 Percezioni delle popolazioni autoctone e non autoctone

2.

2. L'individuo

- 2.1 La decisione di migrare: motivazioni, paure e addii
- 2.2 Lo zaino del migrante e la solitudine
- 2.3 Lutto e migrazione
- 2.4 Migrazione e identità
- 2.5 Motivazione iniziale, stabilità e nostalgia
- 2.6 Sindrome di Ulisse
- 2.7 La presa di consapevolezza dello status di migrante
- 2.8 Disillusione e ricadute
- 2.9 Ritorno: paure, stress e aspettative
- 2.10 Ritorno ed identità



3.

3. L'ambiente

- 3.1 La famiglia
- 3.2. Le seconde generazioni di origine migrante
- 3.3 Partner e figli
- 3.4 La prospettiva di genere nella migrazione
- 3.5 Vecchiaia e migrazione
- 3.6 Shock culturale, razzismo e discriminazione
- 3.7 Le barriere linguistiche
- 3.8 Ambiente di lavoro e sviluppo professionale
- 3.9 Aspetti positivi della migrazione e della rete di supporto
- 3.10 Rompere il legame con il proprio luogo di origine e il ritorno
- 3.11 Il rimpatrio: ricerca di occupazione e ambiente di lavoro
- 3.12 Strategie e buone pratiche per gli operatori a contatto con migranti



MODULO 1: MAPPA CONCETTUALE DELLA MIGRAZIONE

1.1 Cosa s'intende per migrare?

Esaminiamo i diversi significati del termine "migrare" e analizziamo gli elementi comuni che condividono. Da questa analisi, viene definito un concetto fondamentale che comprende le molteplici dimensioni della migrazione.

1.2 Il viaggio del migrante

Oltre al viaggio fisico che implica lo spostamento da un luogo all'altro, esploriamo qui il viaggio emotivo del migrante. Descriviamo le fasi principali di questo processo, evidenziando concetti chiave che saranno sviluppati in modo approfondito nel Modulo 2, incentrato sull'individuo, e nel Modulo 3, incentrato sull'ambiente.

1.2.1 Pianificazione dell'emigrazione

La prima fase del viaggio del migrante precede lo spostamento fisico tra i Paesi. In questa sezione, esploriamo le ragioni che possono spingere una persona a migrare, collegandole ai diversi tipi di migrazione.

1.2.2 Processo di Partenza

Quando arriva il momento di partire, diversi aspetti, come il rituale di addio o le paure che il migrante prova, saranno di fondamentale importanza non solo per la partenza, ma anche per il resto dell'esperienza migratoria. In questo argomento, daremo un nome a questi aspetti.

1.2.3 Tragitto Migratorio

Esaminiamo i fattori che influenzano il processo dalla partenza dal luogo di origine all'arrivo a destinazione e il loro impatto sullo stato psicologico del migrante. Affrontiamo anche la particolare vulnerabilità delle donne migranti durante questo percorso.

1.2.4 Processo di Adattamento

Descriviamo le fasi e le emozioni che tipicamente emergono durante il processo di adattamento. Analizziamo anche i fattori che influenzano questa fase, evidenziando quelli che possono facilitare o ostacolare l'integrazione del migrante.



1.2.5 Processo di radicamento o ambientamento

La fase di radicamento implica la creazione di nuove relazioni e l'esplorazione delle opportunità offerte dal paese ospitante, mentre allo stesso tempo il migrante sperimenta il lutto legato al proprio luogo di origine. Analizziamo questi processi e i concetti associati.

1.2.6 Pianificazione del ritorno

Dopo una o più fasi della vita nel paese ospitante, alcune persone prendono in considerazione l'idea di tornare nel proprio luogo di origine per vari motivi. Esaminiamo i fattori che guidano questa decisione e altri aspetti che definiscono questa fase.

1.2.7 Processo di ritorno

Le circostanze del ritorno generano diverse tipologie di ritorno. Anche se il migrante è determinato a rimpatriare, prova diverse paure. Esaminiamo queste tipologie di ritorno, le paure associate e altri concetti relativi al ritorno al proprio luogo di origine.

1.2.8 Riadattamento

Il ritorno nel proprio luogo di origine implica un processo di riadattamento in cui il migrante deve affrontare cambiamenti sia interni che esterni. Nel tentativo di riacquisire il proprio posto nella società e con le proprie famiglie, i migranti si imbattono in realtà diverse da quelle che si sono lasciati alle spalle, il che può portare a sperimentare conflitti emotivi e culturali.

1.2.9 Mappa concettuale della migrazione

Riepilogo dei concetti chiave per ogni fase del percorso migratorio, che offre una panoramica degli aspetti fondamentali che caratterizzano ogni fase del processo.



1.3 Narrazioni sulla migrazione

Il modo in cui viene affrontata la migrazione influenza la nostra percezione, soprattutto in un contesto in cui il sensazionalismo spesso prevale sull'obiettività. Molte di queste narrazioni sono legate alla disinformazione e all'incitamento all'odio, che hanno un impatto negativo sulla società e ostacolano l'integrazione della popolazione migrante. Esaminiamo le narrazioni sulla migrazione da prospettive istituzionali, mediatiche e sociali, analizzandone l'impatto e analizzando le strategie per combattere la disinformazione e il pregiudizio, evidenziando come le percezioni influenzino sia il processo di integrazione che la salute mentale dei migranti.

1.3.1 Narrazioni istituzionali, narrazioni mediatiche e narrazioni sociali

Esploriamo come le narrazioni sulla migrazione emergano in diverse sfere sociali, come le istituzioni pubbliche e private, i media e il nostro ambiente circostante. Queste narrazioni si influenzano a vicenda e sono plasmate dalla nostra percezione della realtà.

1.3.2 Incitamento all'odio, razzismo e violenza

Alcune narrazioni sulla migrazione sono legate alla disinformazione e all'incitamento all'odio. Analizziamo i concetti che strutturano questi discorsi, il loro impatto sulla società e come le campagne di disinformazione contribuiscono alla loro diffusione. Esploriamo strategie per combattere le fake news e frenare la diffusione dell'incitamento all'odio.

1.3.3 Percezioni delle popolazioni autoctone e non autoctone

Esaminiamo come la percezione dei migranti da parte della popolazione nativa, insieme alle loro caratteristiche, possa influenzare questa popolazione, influenzando il processo di integrazione e incidendo sulla salute mentale dei migranti.



MODULO 2: L'INDIVIDUO

2.1 La decisione di migrare: motivi, paure e addii

Analizzeremo la decisione di migrare e i diversi fattori che la influenzano. Le persone prendono questa decisione per diverse ragioni, ma anche se considerano la migrazione l'opzione migliore per la loro situazione, è comune provare alcune paure. Sottolineeremo anche il processo di addio, un aspetto fondamentale affinché il resto del processo migratorio si svolga in modo soddisfacente.

2.2 Lo zaino del migrante e la solitudine

Affronteremo i tipi di carichi psicologici che una persona può sperimentare durante la migrazione e come si forma lo zaino del migrante. Discuteremo della solitudine nel processo migratorio e di come affrontarla.

2.3 Lutto migratorio

Nella migrazione, come in qualsiasi situazione di perdita, le persone attraversano un processo di lutto, noto come lutto migratorio. Questo processo si manifesta in modi diversi e ha caratteristiche specifiche che vengono spiegate in questo argomento.

2.4 Migrazione e identità

L'identità è uno dei fattori personali più rilevanti, sia a livello individuale che nel contesto del viaggio migratorio. Affrontiamo diversi aspetti dell'identità e migrazione e come entrambi i concetti si modulano a vicenda.

2.5 Motivazione iniziale, stabilità, e nostalgia

Analizzeremo i primi momenti dell'arrivo nel paese ospitante, quando il migrante prova emozioni contrastanti e attraversa diverse fasi, come lo stress iniziale o l'innamoramento, mentre percepisce le possibilità che gli si presentano, per poi raggiungere una fase di stabilità. Diversi fattori influenzeranno il suo adattamento, la sua stabilizzazione e il modo in cui si relaziona con la nuova cultura.



2.6 Sindrome di Ulisse

Ci sono circostanze, soprattutto in situazioni di migrazione forzata, in cui lo stress del migrante è prolungato. In questi casi, può svilupparsi la Sindrome di Ulisse o sindrome del migrante da stress cronico e multiplo. Spieghiamo questo concetto, descrivendo in dettaglio i segni fisici e psicologici, i fattori di stress che aumentano la vulnerabilità alla sindrome e le circostanze esterne che li esacerbano.

2.7 Consapevolezza dello status di migrante

Dopo aver trascorso un certo periodo nel paese ospitante, i migranti possono giungere alla conclusione che saranno sempre percepiti come stranieri e che non saranno mai in grado di adattarsi completamente a determinati aspetti della società. Esploreremo i fattori che portano a questa consapevolezza del loro status di migranti, l'impatto sul loro benessere emotivo e sulla loro identità, i fattori che possono aggravare o attutire questo processo e le decisioni che possono prendere sulla base di questa nuova comprensione della loro situazione.

2.8 Disillusione e ricadute

Durante il viaggio migratorio, i migranti provano una varietà di emozioni. Può verificarsi una fase di disillusione, caratterizzata da frustrazioni e delusioni che dipendono sia dal migrante che dal contesto in cui si trova. Man mano che una persona si adatta alla sua nuova casa, possono verificarsi ricadute, in cui si riattivano sentimenti di disillusione o sfiducia nei confronti del paese ospitante. Questo argomento analizza in dettaglio le diverse forme di disillusione, i loro possibili fattori scatenanti e le sfumature emotive coinvolte in ogni fase del processo.

2.9 Ritorno: Paure, Stress e Aspettative

Studieremo le diverse tipologie di ritorno nel Paese di origine e le paure che possono sorgere durante questo processo. Esploreremo anche lo stress associato al ritorno, spesso vissuto come una "seconda migrazione", questa volta dal Paese ospitante al Paese di origine.



2.10 Ritorno e Identità

In questo capitolo analizziamo come l'identità di un migrante si trasformi durante il processo migratorio, influenzata dalle sue esperienze e dagli insegnamenti appresi. Al ritorno, l'aspettativa che tutto rimanga come prima della partenza viene spesso messa in discussione dalla realtà. Verrà introdotto il "nuovo sé" che emerge dall'esperienza migratoria e come questa trasformazione influenzi il processo di riadattamento.



MODULO 3: L'AMBIENTE

3.1 Famiglia

Studiamo il ruolo della famiglia nel processo migratorio, considerando sia la famiglia che rimane nel luogo di origine sia quella che migra. Le caratteristiche di queste famiglie e le relazioni tra i loro membri influenzano variabili come il lutto e lo stress migratorio. Verranno analizzati aspetti come l'influenza della famiglia sull'identità, l'impatto sulle donne all'interno del contesto familiare e il processo di ricongiungimento familiare dopo la migrazione.

3.2 Seconde generazioni di origine migrante

Esploriamo le sfide identitarie affrontate dalle seconde generazioni di origine migrante, che si muovono tra due mondi con valori spesso diversi. Analizzeremo come gestiscono questa dualità e come essa influenzi le loro relazioni familiari, la loro capacità di integrazione e il loro benessere emotivo.

3.3 Partner e figli

Analizzeremo il ruolo dei partner nel processo migratorio, considerando situazioni come la migrazione con un partner dello stesso paese, la separazione da lui/lei per migrare o la formazione di una nuova relazione nel paese ospitante. Saranno affrontati aspetti correlati come l'influenza dei figli e la violenza di genere nel contesto migratorio.

3.4 Prospettiva di genere nella migrazione

Le sfide specifiche affrontate dalle donne migranti derivano dalla doppia vulnerabilità associata al loro status di migranti e al loro genere. Queste sfide includono la violenza di genere, le differenze culturali nei diritti e nei doveri delle donne tra la loro cultura di origine e quella ospitante, nonché situazioni specifiche come la gravidanza, aspetti che influenzano significativamente le donne migranti.



3.5 Anziani e migrazione

Le persone anziane che migrano affrontano uno scenario diverso rispetto agli altri migranti a causa della doppia vulnerabilità rappresentata dall'età e dal processo migratorio. In questo argomento, esploriamo i fattori di rischio specifici a cui vanno incontro, le implicazioni psicologiche della migrazione in questa fase della vita e i fattori protettivi che possono promuovere il loro benessere, a seconda della loro situazione personale e delle condizioni in cui migrano.

3.6 Shock culturale, razzismo e discriminazione

Lo shock culturale è un'esperienza comune durante la migrazione e questo argomento esplorerà i fattori che possono mitigarne gli effetti. Verranno affrontati concetti correlati, come stereotipi, pregiudizi, razzismo e discriminazione, analizzando come influenzano il processo di adattamento e le interazioni tra migranti e popolazione autoctona.

3.7 Barriera linguistica

La lingua è una delle sfide principali nella migrazione. Questo argomento analizzerà come la competenza linguistica o la mancanza di competenza linguistica influenzi il processo di integrazione, sia a livello sociale che professionale. Verranno discussi i diversi atteggiamenti che possono essere adottati nei confronti della lingua ospitante e della lingua madre, nonché come questi atteggiamenti influenzino l'adattamento e le relazioni interculturali.

3.8 Ambiente di lavoro e sviluppo professionale

L'ambiente di lavoro è un aspetto chiave del processo di migrazione. I migranti possono trovarsi ad affrontare contesti diversi a seconda delle loro qualifiche, delle barriere linguistiche, del mercato del lavoro del paese ospitante e di altre variabili. Questo argomento esplorerà questi scenari, nonché i concetti correlati e le variabili che li influenzano.

3.9 Aspetti positivi della migrazione e della rete di supporto

La migrazione può portare aspetti positivi a chi la vive, come una trasformazione dell'identità e delle circostanze personali, che può essere estremamente benefica. Affinché questa esperienza abbia successo, è essenziale disporre di una rete di supporto. Questo argomento approfondirà questi concetti e le loro diverse sfumature.



3.10 Rompere il legame con il luogo di origine e il ritorno

Il ritorno nel paese di origine implica un legame con esso dopo un periodo di vita nel paese ospitante. Verranno esplorati concetti chiave, come lo shock culturale inverso, che si sperimenta quando si torna e si cerca di adattarsi a ciò che è familiare, nonché le perdite emotive e sociali associate a questo ritorno.

3.11 Il ritorno: Ricerca di lavoro e ambiente di lavoro

Dopo il ritorno nel paese di origine, alcuni migranti hanno difficoltà a trovare un lavoro simile a quello che avevano nel paese ospitante. Inoltre, subiscono uno shock culturale inverso legato all'ambiente di lavoro, poiché le dinamiche e le condizioni lavorative nel paese di origine possono essere diverse da quelle del paese ospitante. Questo argomento affronterà le aspettative, le emozioni e il processo di adattamento al mondo del lavoro dopo il ritorno.

3.12 Strategie e buone pratiche per i professionisti che lavorano con i migranti

Affronteremo gli aspetti chiave che i professionisti a contatto con i migranti dovrebbero tenere in considerazione, concentrandoci su come la loro visione del mondo e quella dei migranti possano influenzare la loro interazione. Verranno descritti gli aspetti rilevanti che gli insegnanti dovrebbero considerare quando lavorano con popolazioni migranti, tenendo conto delle specificità culturali e delle dinamiche di integrazione.

