

Psicologia di Comunità: Empowerment

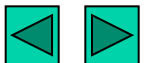


Empowerment

To empower: favorire l'acquisizione di potere

E' un concetto "nato" negli anni '60, negli Stati Uniti

Indica la mobilitazione di gruppi svantaggiati, privi di potere, che intendono rivendicare i propri diritti e riprendere in mano la propria vita



Empowerment : acquisizione di potere

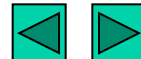
“E' un processo che permette alle persone, alle organizzazioni e alle comunità di avere un controllo sulla propria vita.”

J.Rappaport (1987)

“E' un processo intenzionale basato nella comunità, che implica rispetto reciproco, attenzione per i bisogni propri ed altrui, riflessione critica e partecipazione a livello di gruppo.

E' un processo attraverso cui le persone che si trovano in una situazione di mancanza di risorse o di accesso iniquo conquistano un maggior accesso e controllo a queste risorse”

J. Rappaport et al. (2000)



Il concetto di empowerment rende necessaria una riflessione sul potere_

La psicologia ha tradizionalmente ignorato il potere, le relazioni di potere

Il potere è sempre "cattivo", coercitivo? Non necessariamente

⇒ Empowerment: non "potere su", ma "potere di", "potere per".

Movimenti di liberazione non violenti

Gandhi, Danilo Dolci, Martin Luther King, Nelson Mandela

- Resistenza non violenta all'oppressione, senso di giustizia sociale
- La capacità di motivare un gruppo, ispirare fiducia e lealtà
- Potere e leadership come esercizio di responsabilità



Il processo di empowerment : esempi

Con la/o psicologa/o

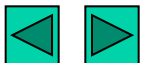
A livello individuale :

- Dare a una donna vittima di violenze gli strumenti per riacquistare un controllo sulla sua vita (validazione, empatia, informazioni, autostima, strategie di uscita dalla violenza e dalla depressione)

A livello di gruppi:

Favorire la creazione di gruppi di pazienti o di genitori di pazienti
⇒ gruppi di auto/mutuo-aiuto (self-help) ⇒ sostegno sociale reciproco ma anche condivisione di informazioni e richieste alle istituzioni sanitarie, partecipazione attiva

⇒ "dare gli strumenti per"



Il processo di empowerment : esempi

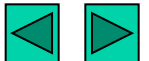
Con l'eventuale consulenza della/o psicologa/o

A livello di comunità

Mobilizzazione e partecipazione dei cittadini su obiettivi di miglioramento o difesa del territorio: mobilitazione per avere spazi verdi, ludoteche, piste ciclabili....

⇒ Esperto come "consulente" più che come promotore/
organizzatore

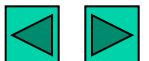
L'empowerment è sempre individuale e collettivo,
perché non può esserci empowerment a livello individuale se non
c'è anche un'azione e un cambiamento a livello collettivo



Empowerment

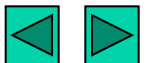
E' il processo tramite cui le persone, le organizzazioni o i gruppi che sono privi di potere :

- a) diventano consapevoli delle dinamiche di potere che operano nei loro contesti di vita,
- b) sviluppano le abilità e gli strumenti per ottenere un ragionevole controllo sulle proprie vite
- c) esercitano questo controllo senza ledere i diritti di altri
- d) sostengono l'empowerment di altri nella loro comunità



Elementi psicologici del *processo* di empowerment

- Senso di controllo : dall'impotenza appresa o learned helplessness (M.Seligman) alla learned helpfulness e all'empowerment
- Autostima
- Auto-efficacia (A.Bandura, 1996) ⇒ agency/agentività, capacità dell'individuo di intervenire sulla realtà, a partire dalle risorse a disposizione
- Competenze sociali (comunicazione, leadership, gestione dei conflitti...)



Elementi sociali del *processo* di empowerment, a livello individuale, di gruppo e di comunità

- Accesso alle informazioni
- Consapevolezza critica delle discriminazioni subite (Teoria della "giustificazione del sistema", Jost et al., 2001)

Per contrastare l'introduzione della disuguaglianza e della dominazione:

- Convalida collettiva delle sensazioni ("metodo delle narrazioni") ⇒ riduzione dell'auto-biasimo
- Partecipazione
- Azione sociale
- Mobilitazione delle risorse



Black lives matter: agency & empowerment

