

COSA STIAMO
IMPARANDO
DALLA CRISI ?



Nativi Resilienti

DAL COVID-19 ALL'IDEA DI FUTURO
PERCORSI CON LE NUOVE GENERAZIONI

Bibliografia ragionata sulla resilienza (in lingua italiana)

ripresa in parte dal libro di Chiodini, Meringolo e Nardone sotto citato

A cura della Prof.ssa Bruna Zani – Istituzione Gian Franco Minguzzi – Città metropolitana di Bologna

Resilienza: generale

Castelli, C. (a cura di) (2015). *Tutori di Resilienza. Guida orientativa per interventi psico-educativi*. II Edizione. Milano. Educatt editore.

Castelli, C. (a cura di) (2019) *Resilienza e creatività. Teorie e tecniche nei contesti di vulnerabilità*. Milano: Franco Angeli

L'idea di questo libro nasce dall'esperienza di educatori e psicologi in contesti di vulnerabilità e di emergenza, dove ci si relaziona con pericoli, dolori, gioie e speranze e dove è importante stimolare un processo di ripresa attraverso attività espressivo-simboliche e creative. È infatti testimoniato che le attività espressive - ad esempio la musica, il teatro, la pittura, la narrazione - possano favorire legami sociali, autostima, benessere psicologico e senso del bello, tutti fattori che incentivano lo sviluppo della persona in senso positivo, permettendo di superare il disagio, favorire l'espressione, la comunicazione e l'integrazione sociale. Il volume vuole proporre agli operatori strumenti e competenze psicologiche e/o pedagogiche per l'intervento in età evolutiva, con particolare riguardo al costrutto della resilienza.

Casula, C. (2012). *La forza della vulnerabilità: Utilizzare la resilienza per superare le avversità*. Milano: Franco Angeli.

Nel libro vengono esaminati i costrutti di resilienza e di vulnerabilità; in particolare, viene evidenziato che la forza della vulnerabilità è alla base della resilienza, la quale viene descritta come la capacità individuale e sociale di risollevarsi dopo una catastrofe. La forza della vulnerabilità è importante poiché aiuta a superare un trauma e a sviluppare energie, talenti e risorse che non si pensava di avere, scoprendo di essere più determinati, audaci e creativi del destino.

Chiodini, M., Meringolo, P., Nardone, G. (2016) *Che le lacrime diventino perle. Sviluppare la resilienza per trasformare le nostre ferite in opportunità*. Firenze: Ponte alle Grazie.

Il libro conduce il lettore alla scoperta del potere della resilienza in quanto possibilità di trasformare il dolore, i traumi e le sconfitte in opportunità, ovvero la fragilità in forza, e dimostra che è possibile, oltre che auspicabile, diventare più forti riappropriandosi della facoltà di scegliere e di ricostruire la

propria esistenza dopo un momento di crisi. Senza mai dimenticare che resilienti non si nasce, ma si diventa, con un esercizio continuo.

Cyrulnik, B., Malaguti, E. (a cura di) (2005). *Costruire la resilienza. La riorganizzazione positiva della vita e la creazione di legami significativi*. Trento: Erickson.

Il libro raccoglie importanti saggi e articoli scientifici dei maggiori esperti sulla resilienza allo scopo di tentare una prima sistematizzazione del concetto, così da rivelarne le potenzialità in ambiti quali il trattamento e l'integrazione della disabilità, la clinica, la terapia, e nei piccoli e grandi traumi che si devono affrontare lungo il corso dell'esistenza.

Laudadio, A., Mazzocchetti, L., Fiz Pérez, F.J. (2011). *Valutare la resilienza. Teorie, modelli e strumenti*. Roma: Carocci.

In un mondo in cui nelle professioni d'aiuto il focus si è spostato dalla patologia al benessere, dai deficit alle risorse, dalla cura al potenziamento, assume sempre più importanza il costrutto della resilienza. Questo libro integra contributi classici e ricerche recenti proponendo un'analisi critica di questo costrutto. All'interno del volume vengono anche presentati alcuni strumenti di misurazione della resilienza, che costituiscono l'adattamento italiano dei principali strumenti disponibili nella letteratura internazionale.

Putton, A., Fortugno, M. (2006). *Affrontare la vita. Che cos'è la resilienza e come svilupparla*. Roma: Carocci Faber.

La resilienza viene presentata come un impegno educativo e sociale in quanto i fattori protettivi a essa collegati possono permettere a tutti di uscire da una situazione di svantaggio e avere una vita soddisfacente. Secondo gli autori la resilienza deve quindi diventare il nucleo dei progetti-intervento nel campo della prevenzione primaria e secondaria e nel campo della promozione della salute.

Zani, B., Cicognani, E. (1999). *Le vie del benessere*. Roma: Carocci.

Questo libro ripercorre le ricerche più significative sui temi del benessere e del coping. Le autrici evidenziano come lo studio di questi costrutti si sia focalizzato prevalentemente sul livello individuale, rimarcando invece l'importanza della dimensione sociale di tali fenomeni. Riportano inoltre gli strumenti di misurazione disponibili in letteratura. Particolare attenzione è rivolta alle strategie di coping utilizzate dagli adolescenti per far fronte ai compiti di sviluppo tipici dell'età oltre che a situazioni imprevedibili ed eventi gravi di cui possono fare esperienza.

Zolli, A., Healy, A.M. (2014). *Resilienza: la scienza di adattarsi ai cambiamenti*. Milano: Rizzoli.

In un mondo colpito a un ritmo sempre più intenso e irregolare da sconvolgimenti quotidiani imprevedibili, risulta necessario essere resilienti e quindi avere la capacità di superare traumi e dolori rapidamente. Gli autori sottolineano la necessità da parte delle società di progettare o ridisegnare organizzazioni, istituzioni e sistemi capaci di assorbire meglio gli sconvolgimenti, data l'imprevedibilità e l'incontrollabilità di questi ultimi.

Storie di persone resilienti

Malaguti, E. (2005) *Educarsi alla resilienza. Come affrontare crisi e difficoltà e migliorarsi*. Trento: Erickson

Il volume raccoglie storie di persone "resilienti", uomini, donne, bambini che hanno vissuto esperienze terribili ma che, ciononostante, sono riusciti ad andare avanti. Testimonianze che dimostrano che tutti possono riuscire a gestire e superare anche le situazioni più difficili.

Trabucchi, P. (2007) *Resisto dunque sono. Chi sono i campioni della resistenza psicologica e come fanno a convivere felicemente con lo stress*. Corbaccio editore

Trabucchi, P. (2012) *Perseverare è umano: Come aumentare la motivazione e la resilienza negli individui e nelle organizzazioni. La lezione dello sport*. Corbaccio editore

Resilienza familiare

Fini, V. & Villano, P. (2016), Superare le avversità: famiglie resilienti nel carcere di San Pedro di La Paz (Bolivia), *Rivista Italiana di Educazione Familiare*, 1, pp.99-123

Walsh, F. (2008). *La resilienza familiare*. Milano: Cortina.

L'autore integra i risultati delle ricerche e le osservazioni provenienti dalla clinica per porre in evidenza i processi relazionali fondamentali per promuovere la resilienza all'interno della famiglia. Costruendo la resilienza relazionale le famiglie rinsaldano i legami e acquisiscono le competenze per affrontare e superare efficacemente le difficoltà presenti e future, innescando un cambiamento positivo. Il modello clinico della resilienza è interessante poiché focalizza l'attenzione sulle potenzialità e sulle risorse per affrontare le sfide della vita, piuttosto che sui deficit.

Resilienza di Comunità

Brodsky, A.E., Scheibler, J.E. (2011). Quando l'*empowerment* non è abbastanza. Un argomento a favore della resilienza multilivello in situazioni caratterizzate da estreme disuguaglianze di potere. *Psicologia di Comunità*, 2, 55-64

Colucci, A., Cottino, P. (2015) RESILIENZA TRA TERRITORIO E COMUNITÀ. Approcci, strategie, temi e casi. Collana "Quaderni dell'Osservatorio" n. 21, v. sito www.fondazionecriplo.it/osservatorio
Questo Quaderno raccoglie una sintesi dei contenuti delle sessioni formative, proponendosi come guida per supportare la costruzione di progetti di "comunità resilienti". Gli autori fanno riferimento al **REsilienceLAB** (www.resiliencelab.eu) una rete costituita da ricercatori, docenti universitari e professionisti della pianificazione territoriale che, con approcci e sguardi differenti, interpretano la prospettiva dello sviluppo sostenibile lavorando a concepire e promuovere azioni e iniziative per il rafforzamento della resilienza dei sistemi socio-ecologici.

Prati, G., Pietrantoni, L. (2009) Resilienza di Comunità: una rassegna, *Psicologia di comunità*, 2, 95-106

Prati, G., Pietrantoni, L. (2009). Resilienza di comunità: definizioni, concezioni e applicazioni. *Psychofenia*, XII(20), 9-26.

Mentre tradizionalmente lo studio della resilienza si è focalizzato sull'adattamento in età evolutiva, negli ultimi anni l'attenzione si è spostata dalle reazioni individuali a quelle collettive in caso di disastri, estendendo il concetto di resilienza in senso ecologico. Scopo degli autori è quello di introdurre il concetto di resilienza di comunità, delineandone le concezioni, i modelli e le applicazioni esistenti

Bologna, maggio 2020.