CON NOI IL MONDO DIVENTA **CASA**

ELEONORA E IRENE DANNO SOSTEGNO PSICOLOGICO **AGLI EXPAT.** CURANO LO SMARRIMENTO, **PER ESSERE FELICI OVUNQUE**

di CINZIA CINQUE

Eleonora Zuliani (30 anni) e Irene Pretoriani (28), psicologhe milanesi, hanno fondato Wind Rose, un servizio di supporto psicologico per espatriati *(windrose-psy.com; info@windrose-psy.com).*

Parto da un aneddoto. A cena da un'amica amante del design. Nel suo living, su ogni sedia è incisa una scritta: menti confuse, menti pragmatiche, menti visionarie... "A Eleonora è riservata quella per menti curiose!" dice. **La curiosità è la mia cifra distintiva e ha permeato ogni scelta indirizzando la mia vita.** Questo tratto del mio carattere ha alimentato le mie passioni: da un lato le lingue, per andare alla scoperta dei luoghi e di chi li abita. Dall'altro la mente umana e la possibilità di esplorarne il funzionamento. Oggi la mia attività è il frutto di questi due interessi. Ma non è stato un percorso lineare, piuttosto una strada ricca di deviazioni e cambi di rotta. Tra entusiasmi e disillusioni».

BERLINO, ANDATA E RITORNO

«All'indomani della maturità linguistica, scelgo psicologia, affascinata dall'idea di capire i processi emotivi, cognitivi e comportamentali. La prima disillusione: al San Raffaele l'approccio era soprattutto scientifico e allora proprio non ne coglievo l'importanza. Dopo la laurea, decido di fare un'esperienza all'estero. Parlavo già inglese, francese e spagnolo, ma decido di andare a Berlino. Dopo un corso di videoproduzione e uno di tedesco, mi offrono uno stage, e poi un'assunzione, in una casa di produzione cinematografica, dove lavoro come festival & market coordinator: **viaggiavo per festival del cinema e lavoravo in cinque lingue diverse.** Insomma, un'esperienza importantissima, dopo tanti piccoli impieghi. Sono rientrata in Italia dopo due anni

Eleonora ha trascorso un periodo di volontariato presso una Ong nella giungla del Guatemala. Qui è con alcuni bambini che seguiva nel loro percorso di crescita: insegnava inglese, cucinava, organizzava attività ricreative.

per seguire il ragazzo con cui stavo, italiano, che all'epoca voleva aprire un ristorante».

TRA CHANEL E IL GUATEMALA

«Dopo gli anni tedeschi, ho inseguito la mia voglia di contatti internazionali: Milano mi stava stretta. Ho accettato vari lavori, compiendo un percorso al contrario: dal contratto a tempo indeterminato a un co.co.pro fino a stagista nel marketing moda di Chanel, e infine retribuita con ritenuta d'acconto in una casa di produzione. Ma niente che mi piacesse o interessasse davvero. **Poi, finalmente, ho disinserito il pilota automatico e cercato, attraverso un corso di meditazione, di mettere a fuoco i miei bisogni e le mie emozioni.** Volevo fare esperienze che avessero un senso. Ho sempre viaggiato, anche da sola, soprattutto in Asia, il mio continente preferito. Anni di volontariato in una Ong in Guatemala, sul fiume Rio Dulce, dove ci sono circa 300 bambini. Vivevo in una casetta di legno nella giungla senza vetri alle finestre, di notte sentivo passare i ratti o mi svegliavo con uno scorpione sul letto... Ma ero felice, mi sentivo utile. Pian piano tornavo sui miei passi. Il resto è arrivato di conseguenza: la laurea magistrale in psicologia clinica e della salute e il master in psicomotricità e counseling a mediazione corporea. Due anni fa sono diventata psicologa a tutti gli effetti. In Italia siamo tanti, forse troppi, un terzo di tutti quelli europei. Ci voleva un'idea. Insieme a Irene Pretoriani, collega di corso alla specializzazione in psicoterapia psicoanalitica individuale e di gruppo, abbiamo fondato *Wind Rose*, un **servizio di supporto psicologico per espatriati, italiani e stranieri, che nasce dalla nostra esperienza di vita**: entrambe abbiamo trascorso periodi di vita all'estero. È la risposta alla domanda: cosa accade quando si cambia Paese?».

NUOVE OPPORTUNITÀ

«Il processo di adattamento e integrazione della nuova cultura con quella di origine può causare uno stato di stress psicofisico, dato dalla perdita dei propri punti di riferimento e dalla necessità di una riorganizzazione globale della propria vita. Per questo ci siamo interessate ai possibili risvolti psicologici di esperienze così importanti e trasformative. **Dai liceali all'estero agli universitari in Erasmus, dai lavoratori espatriati fino ai loro familiari costretti a seguirli**: il nostro target sono sia gli italiani all'estero sia gli stranieri che vengono qui. Attualmente ho in cura una paziente arrivata in Italia dall'Australia per seguire il marito: da manager di una grande azienda oggi è casalinga full-time con due bambini. Rinunciare alla propria carriera non è semplice. E la pandemia ha reso tutto peggiore».

PROFESSIONE BUSSOLA

«Irene, per esempio, ha seguito via Skype una madre italiana con i figli all'estero: la situazione emergenziale legata al Covid e all'impossibilità di raggiungerli le ha provocato ansia e un senso di inadeguatezza. Insieme hanno trovato un modo per tollerare la situazione e gestire le tante emozioni negative. **Uno shock culturale, se affrontato adeguatamente, è soprattutto un'opportunità.** È il messaggio implicito nel nostro logo: la rosa dei venti simboleggia le infinite direzioni che si possono prendere, ma anche una bussola per orientarsi: ecco, noi proviamo a essere quella bussola».

Anche tu vuoi raccontarci la tua storia? Scrivici a posta@tustyle.it