

## **Psicologia dell'emergenza: un sostegno alle comunità terremotate e ai volontari**

*Tenendo presente il fatto che eventi catastrofici, come i terremoti, producono effetti anche sull'interiorità e le paure delle persone, appare importante avere un'idea, seppur generale, delle attività svolte da associazioni di psicologi che operano in emergenza a sostegno della comunità, e che sono attive anche adesso in Emilia*



### **Venerdì 1 Giugno 2012 - [Attualità](#) -**

Dopo le [dichiarazioni](#) a noi rilasciate dalla Presidente dell'Ordine degli Psicologi dell'Emilia Romagna, Dott.ssa Manuela Colombari, in relazione all'attività dell'Ordine stesso durante questa fase di emergenza legata al terremoto in Emilia, abbiamo ritenuto interessante avere una visione più ampia dell'**intervento psicologico in emergenza** interpellando le **due associazioni** citate dalla Presidente: [Psicologi per i Popoli](#) e [Sipem Emilia Romagna](#).

Entrambe le **associazioni** sono di **volontariato di protezione civile, specializzate in psicologia dell'emergenza, e stanno operando sul territorio indipendentemente dall'Ordine degli Psicologi.**

L'Ordine ha infatti ottenuto la disponibilità delle due associazioni ad intervenire qualora la Protezione Civile regionale, operativa nell'emergenza, ritenga necessario un intervento di affiancamento.

Al momento però nessuna delle due associazioni è stata ufficialmente attivata, sembra che siano state inviate richieste alla Protezione Civile, quindi potrebbe essere che a giorni, o forse anche a ore, alcuni interventi delle associazioni vengano attivati sul campo, per il momento però non se ne ha notizia.

La psicologia dell'emergenza è una disciplina che richiede al professionista una formazione specifica su ciò che è in generale il soccorso in emergenza, a cui si aggiunge poi la professionalità dello psicologo clinico, che deve essere capace di operare anche in ambito psicosociale.

**"Quello che noi facciamo come psicologi esperti in campo dell'emergenza è soprattutto un intervento psicosociale.** - ci spiega la Presidente facente funzione dell'associazione Psicologi per i Popoli (Pxp), **Raffaella Paladini** - **Non facciamo interventi clinici quando operiamo in emergenza, anzi solitamente se rileviamo la necessità di un intervento clinico inviamo la persona all'Ausl o alla rete presente sul territorio, collaborando con i servizi, qualora ci siano (già in Abruzzo non funzionavano più). Tutti noi, soci di Pxp, siamo psicoterapeuti, ma la nostra specializzazione in psicologia dell'emergenza consiste proprio nel saper attuare degli interventi psicosociali. Per interventi psicosociali si intendono tutte quelle diverse attività che si svolgono con la popolazione traumatizzata che iniziano quando scatta l'emergenza e continuano poi per tutta la fase della ricostruzione".**

Si lavora dunque con il comportamento umano in termini di **interazione tra stati mentali e situazioni sociali immediate.**

**"Il nostro modello di intervento** - prosegue la Dott.ssa Paladini - **si differenzia dal modello clinico dove lo psicologo è 'stanziale', poiché è prevalentemente centrato sui bisogni di comunità, bisogni psicosociali che vedono la presenza dello psicologo 'campale', che lavora sulle potenzialità adattative ed evolutive sia degli individui che dei gruppi e della comunità. Ci ispiriamo ad un principio di base: il dolore per la perdita delle persone care, dell'abitazione, delle proprie cose, delle strutture-simboliche del proprio paese, deve avere un suo tempo psicologico per essere elaborato, ma deve essere accompagnato fino alla sua completa elaborazione attraverso la partecipazione, la condivisione, il sostegno della comunità secondo riti e tradizioni culturali del luogo".**

**In relazione all'emergenza in atto**, la Dott.ssa Paladini, Past President di Psicologi per i Popoli, ci riferisce che **"al momento non è stata attivata l'associazione Psicologi per i Popoli dalla Protezione Civile regionale**. Prima della seconda scossa il motivo era relativo al fatto che stava funzionando molto bene la rete istituzionale presente nelle tre province, e per rete istituzionale si intende la rete Ausl, che comunque funziona bene tuttora. Ma con la seconda scossa il bisogno è nettamente cambiato e sembra che qualche comune, credo quello di San Pietro in Casale, abbia scritto una lettera alla Protezione Civile per chiedere l'attivazione di un intervento psicosociale, ritenuto fortemente necessario. La lettera però è stata inviata ieri e noi per il momento non abbiamo ancora avuto alcuna autorizzazione o comunicazione per interventi in tal senso.

Comunque l'associazione si sta muovendo ugualmente sul territorio, indipendentemente dalla Protezione Civile. Ieri abbiamo fatto un incontro con i comuni della Pianura Est, che sarebbero 15, ma presenti all'incontro erano solo 7. In questo incontro abbiamo dato la nostra disponibilità per cercare di incontrare i cittadini e venire incontro un po' a quelle che sono le domande riguardanti proprio la gestione dell'ansia, l'elaborazione delle emozioni, il relazionarsi con i bambini, ecc. Per la prossima settimana abbiamo organizzato incontri con maestre, educatori, gestori dei centri estivi e con i genitori.

Noi siamo in contatto con diversi colleghi dipendenti Ausl locali, i quali stanno effettuando un monitoraggio di quelli che sono i bisogni psicologici manifestati dalle persone e dalla comunità, e per il momento ci stiamo muovendo affiancando ed integrando questa realtà istituzionale.

Il nostro contributo consiste nell'offrire consulenze, dove è possibile, e un supporto ai colleghi che non sempre sono abituati a trattare casi psicosociali bensì casi clinici.

**Al momento stiamo lavorando su chiamata diretta di alcuni sindaci delle zone colpite dal sisma e diversi assessori ai servizi sociali**. Abbiamo effettuato un intervento con gli anziani, richiesto dall'Auser di Bologna; poi a San Felice sul Panaro è intervenuta la colonna mobile di Trento con alcuni psicologi, subito dalle prime ore dopo il terremoto del 20 maggio, integrata successivamente con psicologi dell'Emilia Romagna; a San Pietro in Casale stiamo lavorando per implementare un intervento nell'ambito del sostegno all'infanzia e concordare degli incontri aperti con la cittadinanza sulle tematiche psicologiche e di gestione delle paure, e stress psicoemotivo, ed infine a Mirabello il sindaco ci ha chiesto un supporto psicosociale per la popolazione.

I responsabili dei servizi sociali di San Pietro in Casale ci hanno comunicato che, al di là della priorità di voler rientrare nelle loro case, e quindi di ottenere la dichiarazione di agibilità, **la comunità manifesta un bisogno urgente di essere tranquillizzata rispetto a: come posso gestire le paure e i disturbi del sonno di mio figlio? Come posso gestire l'inappetenza dei miei bambini? Come posso gestire la mia ansia, le mie paure?** Queste sono tutte tematiche che riguardano l'ambito psicosociale, tra le quali si collocano poi domande come: **in che modo il paese può reagire? riparte o no la comunità? In che modo? Si deve riprendere ad andare a lavorare e ripristinare ritmi di vita che abbiano una parvenza di normalità o no?**

E queste sostanzialmente sono le tematiche degli incontri che ci vengono richiesti dalla popolazione: **da una parte contenere i livelli d'ansia, dall'altra offrire spunti riorganizzativi**, riuscendo a far leva sulla capacità di resilienza del singolo e della comunità, per dare loro la possibilità di ripartire, di riorganizzarsi e ridefinire la propria vita, **integrando il trauma vissuto nelle proprie esperienze di vita e non rimuovendolo o eliminandolo** e sollecitando in loro la consapevolezza e l'accettazione che le cose difficilmente torneranno ad essere come prima", che la realtà è cambiata, ma che questo non significa che non ci siano più possibilità di ricostruzione di una normalità.

"C'è da dire poi che **proprio mentre la comunità si stava riorganizzando per un ritorno alla normalità, con la seconda scossa si è assistito ad un peggioramento di quella che è la sintomatologia riguardante proprio la paura e le angosce correlate all'evento**, e la situazione è per l'appunto peggiorata. Motivo per cui sembra che qualche comune si stia attivando per richiedere interventi psicosociali attraverso la Protezione Civile".

"Per quanto riguarda l'attivazione in campo per l'emergenza terremoto di questi giorni - ci riferisce **Anna Sozzi**, Vicepresidente dell'Ordine degli Psicologi dell'Emilia Romagna e Tesoriere con delega alla Protezione Civile dell'associazione Sipem ER - **anche l'associazione Sipem al momento sta svolgendo interventi indipendenti da richieste della Protezione Civile, ma supponiamo che probabilmente a breve potrebbero venire attivati interventi specifici a fronte di richieste che sembrano essere state inviate alla Protezione Civile regionale**.

Uno dei vari interventi dell'associazione è consistito nell'organizzazione di incontri psicoeducazionali rivolti alla popolazione e debriefing con le insegnanti a Vigarano Mainarda".

E' importante sottolineare che **la psicologia dell'emergenza però non lavora soltanto con le persone definite "terremotate", ma anche con gli stessi operatori, volontari e soccorritori**.

Aspetto questo importantissimo, in quanto l'operato delle associazioni diventa un sostegno anche per coloro che gestiscono le situazioni emergenziali, prendendo decisioni e assumendo sulle proprie spalle responsabilità di non poco conto.

**"I soccorritori molto spesso e soprattutto nella prima fase dell'emergenza vengono sovraccaricati da un grande impegno, non solo emotivo ma anche fisico**, - ci spiega la Dott.ssa Sozzi - **e quindi si genera uno stress molto elevato,**

*che poi può portare ad un **burn-out** del volontario, che può subire diversi traumi specialmente se è costretto ad assistere a episodi particolari, come estrazione di corpi dalle macerie.*

***Una tecnica psicologica utilizzata in questi casi è il debriefing**, che è una delle fasi di un noto protocollo clinico di prevenzione e trattamento delle reazioni psicologiche potenzialmente traumatiche, a fronte di eventi critici (disastri, violenze, decessi inattesi, calamità) che può essere somministrato in fase peri critica o post critica.*

*Si parte da un primo momento legato più agli aspetti cognitivi e di pensiero per arrivare ad una fase in cui si lascia che escano gli aspetti emotivi legati all'attività svolta. Naturalmente tutto ciò viene gestito da professionisti, perché **nella loro delicatezza questi interventi non possono essere lasciati nelle mani di persone non formate in ambito psicologico.***

*Il soccorso psicologico individuale o di gruppo come il debriefing nell'immediatezza dell'evento ha la funzione di ridurre le possibili conseguenze negative di un evento traumatico a livello psichico.*

*A noi è capitato diverse volte di incontrare volontari che manifestavano, attraverso i ricordi di singoli episodi, una ferita traumatica riattivata da eventi presenti.*

*Con queste spiegazioni non si vuole spaventare nessuno. **Il volontariato è un'attività che il più delle volte dà gratificazioni e aiuta a vivere meglio, ma è importante essere coscienti del fatto che spesso si fanno esperienze molto pesanti sia in termini fisici che mentali, e palesare delle difficoltà è umano.***

***La mente umana non dimentica:** alcune esperienze traumatiche possono venire 'accantonate' nell'inconscio, non venire dunque totalmente risolte, ma alle volte può succedere che vengano riattivate sotto altre forme e quindi possano dare dei disturbi che non sembrano correlati con la propria situazione attuale di vita perché stanno richiamando situazioni del passato".*

**Se dunque i volontari vengono sostenuti e affiancati da professionisti** quando si ritrovano ad avere a che fare con situazioni tragiche, come può essere un terremoto che comporta il crollo di edifici e la morte di esseri umani, **la situazione traumatica può venire gestita in maniera più consapevole.**

Un ulteriore aiuto al volontario è quello di organizzare il lavoro con un buon turn-over di personale, lasciando tempi di intervento nell'emergenza che siano normali. Questo è importante perché consente alla persona di **porsi dei limiti e trovare degli spazi per sé stessa dove poter elaborare le situazioni pesanti vissute e poter vivere un momento di normalità.**

E per concludere, riportiamo una frase della Dott.ssa Paladini: "*Bisogna sempre tenere presente che ci portiamo dietro noi stessi*".