

La complessità dell'intervento psicologico e il gruppo come tutore di resilienza in emergenza

Fabio Sbattella*

Perché includere la Psicologi in emergenza?

Semplice: in emergenza sono al centro di ogni intervento le PERSONE UMANE, cioè esseri viventi intenzionali (non macchine e neppure entità biologiche in balia di complesse reazioni biochimiche) dotate di processi psichici cruciali per gestire gli eventi: vittime, operatori, responsabili e testimoni sono tutti pensanti, emozionati, con legami e ruolo sociali. Tutti sono chiamati ad usare processi cognitivi per percepire i rischi, valutare i pericoli, prendere decisioni.

Tutti questi sono processi di cui si occupa la psicologia scientifica.

L' EMERGENZA E' INNANZITUTTO UNA CONDIZIONE PSICHICA

Nel 2009 ho proposto (***Manuale di psicologia dell'emergenza, Franco Angeli, Milano***) una definizione che è stata ampiamente accettata dalla comunità scientifica:

un **contesto d'emergenza** è una situazione interattiva caratterizzata dalla presenza di una minaccia "morti-fera"; da una richiesta di attivazione rapida e di rapide decisioni; dalla percezione di una sproporzione improvvisa tra bisogno (cresciuto per intensità, ampiezza, numerosità, ritmo) e potenziale di risposta attivabile dalle risorse immediatamente disponibili; da un clima emotivo congruente.

LA PSICOLOGIA DELL'EMERGENZA NON DEVE ESSERE RIDOTTA A

PSICOTRAUMATOLOGIA. Il trauma e' un fenomeno marginale tra tutti i processi di interesse clinico che caratterizzano la mente in emergenza; i fenomeni di rilevanza clinica, a loro volta sono una piccola porzione di quelli che si sviluppano tra le menti in emergenza. . Per questo è utile disporre di adeguate mappe di orientamento teorico:

Tra le molte mappe necessarie ne citiamo solo una, relativa ai concetti usati in letteratura per studiare le reazioni individuali, ma utilizzabile in parte anche per entità collettive

Di fronte alle avversità, la mente umana reagisce sempre attivandosi e chiedendo al corpo il massimo di concentrazione. Se le avversità sono forti o prolungate, il corpo e la mente entrano in una condizione tecnicamente chiamata "stress". Essa richiama tutte le risorse a disposizione per fronteggiare le difficoltà soverchianti. Il risultato di questo tentativo puo' evolvere in due direzioni diverse: laddove non si sono trovate e/o utilizzate le risorse necessarie, vi apre un processo di "vulnerabilità", che porta nel tempo al consolidarsi di una ferita interna tecnicamente chiamata "trauma". Se la "battaglia" mentale puo' invece contare su risorse adeguate si attiva un processo (chiamato "resilienza") di riadattamento alla situazione cambiata che puo' anche arricchire e migliorare umanamente le persone.

Per questo tutti i nostri sforzi sono orientati allo sviluppo dei processi di resilienza.

Tra le FONTI DELLA RESILIENZA, la letteratura cita molti aspetti che fondano la priorità delle attenzioni e degli interventi psico-social in emergenza.

Fattori protettivi a livello individuale sono infatti:

alcune esperienze relazionali come: Attaccamento sicuro, Close and caring relationship, esperienza in famiglia coesa, flessibile, calda, affettiva, supportiva, in grado di sostenere il proprio sistema di convinzioni

Fattori protettivi sono anche alcune esperienze sociali quali: Appartenenza, supporto sociale, amicizie gruppi di condivisione, Caratteristiche della comunità: presenza Servizi; cultura (strumenti simbolici di significazione).

Sono infine fattori protettivi alcune esperienze educative: Successi, attitudine proattiva, Accettazione fondamentale della persona, Capacità di scoprire senso e coerenza, Stima di sé, competenze e Humor.

Quale Psicologia va messa in campo in emergenza? (Vd. numero 7 della rivista sotto richiamata)

- La Psicologia ingenua: per stare al mondo (denso di individui) dall'età di 2 anni ogni persona si fa l'idea che gli altri abbiano una psiche (Theory of mind) e non reagiscano in modo meccanico.
- In questo senso ciascuno è un po' "psicologo". Ciascuno ha cioè poca o tanta "Intelligenza emotiva" (Gardner; Goleman) e può migliorarla allenandosi a mettersi nei panni degli altri.
- Psicologia Scientifica (solo dal 1878): verifica sperimentale delle ipotesi ed intuizioni relative a percezione, emozione, intelligenza, decisione, motivazione, stress, trauma, apprendimento
- In questo senso solo persone abilitate (5 di studio+1 anno di tirocinio) possono garantire interventi "fondati" o terapeutici (se hanno altri 4 anni di formazione specialistica).

PER APPROFONDIRE

- F. Sbattella MANUALE di PSICOLOGIA DELL'EMERGENZA, Franco Angeli, Milano, 2009
- Quaderni di Psicologia dell'emergenza, EDUCATT, Milano;
- Rivista di Psicologia dell'emergenza www.psicologiperipopoli.it/La%20rivista.html

www.psicologiperipopoli-milano.org

Info@psicologiperipopoli-milano.org

fabio.sbattella@unicatt.it

* **FABIO SBATTELLA**

Psicologo e Psicoterapeuta, insegna Psicologia dello sviluppo e Psicologia delle emozioni presso l'Università Cattolica di Milano. Qui dirige l'Unità di Ricerca in Psicologia dell'Emergenza. Sul campo, ha vissuto i terremoti dell'Irpinia (1980), Molise (2002), Sri Lanka (2004), Abruzzo (2009) Haiti (2010) Emilia (2012), operando e coordinando volontari e psicologi specializzati.

Attualmente è Presidente della Federazione Nazionale "Psicologi per i Popoli", organizzazione legata al Dipartimento di Protezione Civile, Presidenza del Consiglio dei Ministri.

Autore di diverse ricerche e pubblicazioni del settore, ha dato alle stampe "Manuale di Psicologia dell'emergenza", Franco Angeli, Milano, 2009.