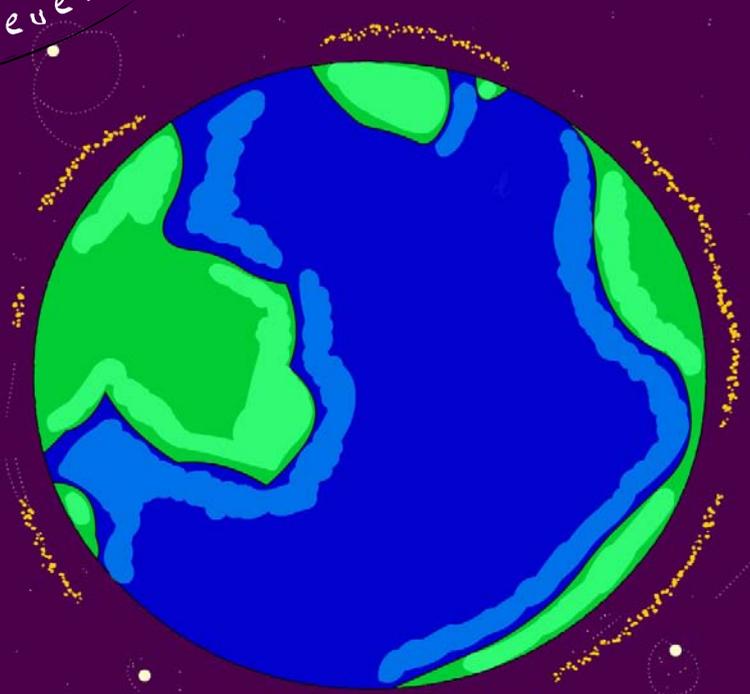
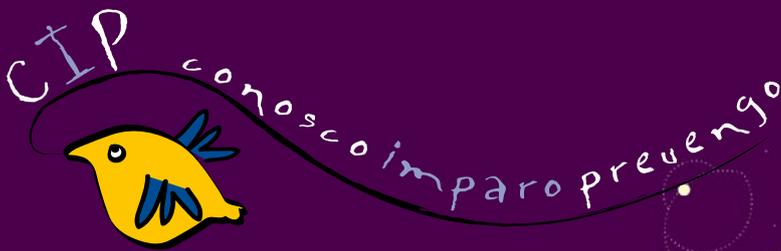


# Conosco, imparo, prevenengo

il Centro Alfredo Rampi onlus  
in collaborazione con  
l'Istituto Nazionale di Geofisica e Vulcanologia e  
il Servizio di Prevenzione e Protezione  
dell'Università degli Studi di Roma Tor Vergata

PSICOLOGIA DELL'EMERGENZA, PROTEZIONE CIVILE, SICUREZZA



## → @ settori:

### • EDITORIALE

*Rita Di Iorio*

### • PSICOLOGIA DELLE EMERGENZE

Il coordinamento degli psicologi delle emergenze  
Alfredo Rampi in Abruzzo  
*Maria Teresa Devito*

ARES: intervento in Abruzzo  
*Alessandra Ceracchi*

Abruzzo: l'intervento psicologico negli ospedali  
*Danila Pennacchi*

L'intervento di supporto psicologico  
con i bambini di San Vittorino  
*Gabriella Mosca*

Il post terremoto  
*Emilio Angelosante*

2 Grazie volontari  
*Luana Proietti | Michele Grano*  
Il dis-Ordine degli Psicologi del Lazio  
*Rita Di Iorio*

### • SICUREZZA NEI LUOGHI DI LAVORO

Psicologia, prevenzione e sicurezza sul lavoro  
*Gianmichele Bonarota*

### • TERRITORIO

La pericolosità sismica in Italia  
*Giovanni Maria Di Buduo*

8 [www.hai.sentito.it/terremoto.it](http://www.hai.sentito.it/terremoto.it)  
*Istituto Nazionale di Geofisica e Vulcanologia*

10 Il giorno 6 aprile 2009  
*Sonia Topazio*

### • PROTEZIONE CIVILE E VOLONTARIATO

11 Il NOAR al Campo di San Vittorino  
*Cristina Guglielmini* 24  
12 Martina e la sua esperienza da volontaria  
*Martina Stancato* 25

14 Emozioni e sensazioni  
di una volontaria del NOAR  
*Serena Maurizi* 27

16 Scheda 3: Informazioni utili per gli operatori  
che sono intervenuti in emergenza  
*Rita Di Iorio* 29

### • NEWS

22 Formarsi alla Gestione  
delle Emergenze Ambientali e Civili  
*Gabriella Mosca* 30  
23 Consigli bibliografici 32

→ **C**ari amici e lettori come preannunciato, nel numero precedente della rivista, dedicheremo la maggior parte dello spazio di questo numero all'intervento degli psicologi dell'emergenza in Abruzzo. Non riusciremo a riportare tutto ciò che vorremmo condividere con voi, per cui alcuni articoli saranno inseriti anche nei numeri successivi della rivista.

Il nostro impegno (di tutti i volontari appartenenti all'Associazione Centro Alfredo Rampi onlus) è stato pressante e quotidiano, ancora oggi seguiamo la comunità di San Vittorino, stiamo accompagnando i primi abitanti nel ritorno alle loro case, nella ripresa della normalità, ed assistiamo ancora chi è rimasto nella tendopoli.

A San Vittorino si è creato ormai un gemellaggio tra i cittadini e i volontari di protezione civile del Comune di Roma (compresi, ovviamente, noi psicologi). In questa comunità tra tutte le forze presenti si è creata molto presto un'armonia, una fiducia e stima che ha permesso ai soccorritori e ai cittadini di reggere tutte le situazioni difficili che si presentavano. Un lavoro integrato che ha permesso di condividere le sofferenze, sostenere i lutti e la gioia della ripresa dell'intera comunità.

Ma l'aspetto che più mi sembra importante rilevare è quanto l'intervento generale svolto dagli psicologi italiani dell'emergenza sia stato vasto e altamente professionale; per la prima volta nella nostra storia, grazie anche, ad un buon coordinamento nazionale della protezione civile. Certo diversi sono ancora i passi da fare per rendere la macchina del soccorso psicosociale più celere, organizzata e soprattutto omogenea.

Un terremoto di così vasta portata ha messo tutte le forze del soccorso in grosse difficoltà, ma la macchina operativa è ormai addestrata a rispondere in breve tempo e con professionalità. Noi volontari psicologi ci siamo trovati più in difficoltà degli altri volontari, perché pur essendoci i criteri di massima - le regole stilate dalla Presidenza del Consiglio, dalla Protezione Civile nazionale e re-

gionale che guidano il nostro intervento psicosociale - la gestione e il controllo del nostro intervento richiede di una maggiore esperienza. In effetti, dal 1982 al 1992 tutto il mondo del volontariato si è trovato in una situazione simile, quanto abbiamo patito per giungere ad un regolamento e coordinamento da parte della protezione civile che permettesse di intervenire perfettamente organizzati. L'inserimento degli psicologi dell'emergenza è ancora giovane, ancora non è strutturato perfettamente in modo da evitare errori negli interventi. Infatti, ciò che ha amareggiato gli psicologi specializzati in psicologia dell'emergenza, è che molti colleghi sono intervenuti nelle tendopoli non convocati dalla protezione civile e non seguendo i criteri di massima stilati dalla Presidenza del Consiglio, sono intervenuti individualmente, senza una formazione specifica, con il rischio di fare male e farsi del male.

Cosa ancora più grave è che molti colleghi sono intervenuti su richiesta di alcuni Ordini professionali (vedi articolo nel settore psicologia dell'emergenza).

**CIP CONOSCO IMPARO PREVENGO**  
**PSICOLOGIA DELL'EMERGENZA**  
**PROTEZIONE CIVILE - SICUREZZA**  
**[Agosto 2009, Numero 8]**

**Direttore responsabile**  
 Sonia Topazio

**Comitato Direttivo**  
 Rita Di Iorio - Daniele Biondo -  
 Gianfranco Criscenti - Marco Sciarra

**Comitato di redazione**  
 Maria Teresa Devito | Giovanni Maria Di Buduo  
 Rossella Celi | Francesca Di Stefano  
 Gabriella Mosca | Luana Proietti

**Segreteria di redazione**  
 Roberta Palombelli | Alessia Rosa

**Progetto grafico**  
 Laboratorio Grafica e Immagini - INGV

**Impaginazione**  
 Redazione Centro Editoriale Nazionale - INGV

**SEDE**  
**Centro Alfredo Rampi Onlus**  
 Via Altino 16 - 00183 Roma  
[www.conoscoimparoprevengo.it](http://www.conoscoimparoprevengo.it)

Questi hanno squalificato tutti coloro che hanno operato con professionalità, con coscienza del proprio ruolo, con il rispetto delle regole imposte dai Criteri di Massima.

La maggior parte dei colleghi, penso, sono intervenuti spinti da un forte desiderio di aiutare le vittime del terremoto, hanno messo a disposizione le proprie conoscenze, il proprio tempo, hanno riportato a casa un bagaglio emozionale difficile da elaborare. Tutto questo valore umano e professionale speriamo possa essere valorizzato, nei prossimi inevitabili interventi, all'interno della rete dei soccorsi.

Come sempre **vi invito a far pervenire in redazione vostri commenti, lavori, ricerche, esperienze, inerenti i settori di cui la rivista si occupa e noi li inseriremo nella rivista.**

Buona lettura.

→📍 **Per iscriverti clicca qui**



## →🕒 Il coordinamento degli psicologi delle emergenze

### Alfredo Rampi

l'importanza del rispetto dei criteri di massima e dell'organizzazione interna del gruppo

di Maria Teresa Devito\*

Il sisma che ha colpito l'Abruzzo il 6 aprile scorso ha portato alla mobilitazione di una grossa parte delle Associazioni di Volontariato presenti a livello nazionale e regionale, regolarmente iscritte all'Albo delle Associazioni di Volontariato e riconosciute dal Dipartimento di Protezione Civile.

In situazioni di maxiemergenza, come questa dell'Abruzzo, possedere tali titoli permette, alle Associazioni, di apportare il loro supporto operativo e logistico agli Enti Istituzionali preposti al soccorso, rispettando i criteri di massima del Dipartimento della Protezione Civile ("Criteri di massima per l'organizzazione dei soccorsi sanitari nelle catastrofi" Presidenza del Consiglio dei Ministri, 2001).

Ciò permette un'organizzazione efficace ed efficiente delle risorse disponibili per fronteggiare l'emergenza.

L'Associazione PSIC-AR (Psicologi dell'Emergenza Alfredo Rampi) formata da volontari esperti in psicologia dell'emergenza sta fornendo supporto alla popolazione del CAMPO SAN VITTORINO (COM1) gestito dalla Protezione Civile del Comune di Roma.

PSIC-AR possiede, come associazione di volontariato, tutti i requisiti richiesti che permettono di operare in situazioni di micro e macro emergenza.

È la mattina del 6 aprile quando arriva al Presidente di PSIC-AR la prima telefonata di "pre-allerta" da parte del responsabile del soccorso psicologico del Dipartimento Nazionale di Protezione Civile e dalla referente regionale per l'intervento psicosociale che informano sulla condizione critica che si è creata.

Il "pre-allerta" fa partire il coordinamento

interno del gruppo di psicologi dell'emergenza di PSIC-AR.

Due psicologhe iniziano a mettere in atto le vari fasi di organizzazione interna del gruppo; tale procedura interna è stata studiata ed elaborata dal gruppo stesso per essere pronti ad affrontare situazioni critiche di emergenza come questa dell'Abruzzo.

Si aprono subito due canali di comunicazione all'interno dell'Associazione:

- comunicazione via mail a tutti i soci dove si porta a conoscenza del "pre-allerta";
- comunicazione telefonica con gli psicologi dell'emergenza senior per una ricognizione di disponibilità a partire per fornire supporto psicologico alla popolazione.

Il gruppo così è pronto ad essere operativo, solo dopo un'attivazione ufficiale da parte di un Ente Istituzionale. Da questo momento in poi due psicologhe gestiranno il coordinamento del gruppo, supportate da un supervisore (il Presidente di PSIC-AR) che rimane esterno all'evento per permettere debriefing continui sull'operatività del gruppo.

In attesa dell'attivazione, infatti, le due psicologhe coordinatrici, recepiscono quante più notizie ed informazioni possibili sullo stato psicofisico e ambientale della popolazione abruzzese: ciò è possibile grazie alla collaborazione che il gruppo ha istituito, in passato per altri eventi, con l'UEPC (Ufficio Extradipartimentale della Protezione Civile Comune di Roma). Da tale struttura parte la prima Colonna Mobile che raggiunge il DICOMAC (Direzione Comando e Controllo) istituito presso la Guardia di Finanza dell'Aquila. È

al DICOMAC che avviene tutto il coordinamento dei soccorsi e, da tale struttura, arriva l'ordine di recarsi al Campo di San Vittorino per l'UEPC Comune di Roma.

Il 7 Aprile arriva per l'Associazione PSIC-AR l'attivazione ufficiale per un presidio psicologico di protezione civile al Campo di San Vittorino, da parte dell'UEPC Comune di Roma.

Grazie all'organizzazione interna del gruppo le prime due psicologhe dell'emergenza senior partono con la seconda Colonna Mobile della Protezione Civile del Comune di Roma.

Una delle due psicologhe, che è anche coordinatrice del gruppo, ha il compito sia di dare supporto psicologico alla popolazione e di informare l'altra collega coordinatrice, rimasta in sede a Roma, sulle condizioni fisiche e ambientali del Campo, in modo da rendere ben preparato il gruppo di colleghi che darà il cambio.

Arrivate al Campo di San Vittorino le due psicologhe dell'emergenza, seguendo i "Criteri di massima per l'intervento psicosociale nelle catastrofi" Presidenza del Consiglio dei Ministri, 2006", iniziano a fare una prima valutazione dell'impatto che tale evento ha avuto sulla popolazione. Successivamente si inizia la compilazione delle schede di triage e, ancora più utile, la compilazione di un "diario di bordo".

Entrambi questi strumenti risultano essere efficienti:

- le schede perché permettono di fare un ordine di priorità di intervento su patologie o disturbi particolarmente bisognosi di un intervento immediato;
- il "diario di bordo", strumento messo a punto nelle procedure di

# La psicologia delle emergenze

organizzazione interna del gruppo, perché rende possibile l'efficacia degli interventi, in quanto permette una continuità all'intervento che ogni gruppo di psicologi effettua sul campo.

Il lavoro del gruppo degli psicologi dell'emergenza si articola, per tutto il tempo dell'intervento richiesto, su turnazioni di 3 giorni con rientro il quarto giorno. Ogni gruppo è composto da due psicologi dell'emergenza senior e l'affiancamento di uno junior.

Ogni gruppo di psicologi presenti sul campo ha il compito di fare, a termine giornata, un debriefing interno dove:

- segnalare i casi più urgenti da supportare sul diario di bordo,
- permettere uno scambio di informazioni con le due coordinatrici del gruppo (tale scambio è sia telefonico, se le coordinatrici sono in sede a Roma, o in loco, quando una delle due è presente sul campo).

Ad ogni cambio turno viene fatto il "passaggio delle consegne verbale": i due gruppi si prendono del tempo per discutere su ciò che è avvenuto del campo e poi si passa alla presentazione,

alla popolazione, del gruppo che sostituirà gli psicologi che stanno rientrando a Roma.

Per tutto il tempo il gruppo è tenuto sotto stretto monitoraggio delle due coordinatrici e ha il supporto del supervisore rimasto esterno all'evento (il Presidente dell'Associazione).

L'affiancamento dello psicologo dell'emergenza junior ha permesso al gruppo, superata la fase critica dell'evento, di organizzare le turnazioni con un solo psicologo dell'emergenza senior e due junior.

Tutto il gruppo, essendo formato su una metodologia comune (il modello psicodinamico multiplo per le emergenze) ha fornito un supporto psicologico e psicosociale omogeneo alla popolazione del Campo.

Importante anche il ruolo di coordinamento con la responsabile del soccorso psicologico per il Dipartimento Nazionale della Protezione Civile, che viene continuamente aggiornata dalla due coordinatrici sulla situazione di assistenza alla popolazione. Tale coordinamento tra PSIC-AR e la responsabile del soccorso psicologico è

ancora più utile per poter effettuare il passaggio, ai servizi competenti della zona dell'Aquila, di quelle persone che devono continuare un percorso di sostegno psicologico, dopo la chiusura del Campo di San Vittorino.

L'ottima riuscita del lavoro svolto da tutto il gruppo di psicologi dell'emergenza Alfredo Rampi è reso possibile dall'organizzazione del gruppo stesso e dal rapporto di coordinamento creato con gli altri Enti preposti al soccorso.

*\*Vice Presidente PSIC-AR (Psicologi dell'emergenza Alfredo Rampi).*

## →🕒 ARES: intervento in Abruzzo

reperimento delle risorse regionali per l'intervento psicosociale in Abruzzo

di Alessandra Ceracchi\*

Come tutti gli italiani il risveglio del 6 aprile è stato caratterizzato dalla notizia del terremoto. Ho cominciato a mettermi in contatto con i colleghi delle Maxiemergenze mentre andavo a lavoro e, appena arrivata, mi sono recata all'Unità di Crisi per comprendere meglio quale fosse la situazione che dovevamo fronteggiare.

Da subito è stato chiaro che ci trovavamo davanti ad una catastrofe e che quel giorno non sarebbe stato come tutti gli altri.

In qualità di Referente regionale per l'intervento psicosociale nelle catastrofi uno dei miei compiti è quello di reperire le risorse ed inviare i colleghi sui luoghi delle maxiemergenze, coordinandone l'intervento all'interno della Funzione 2. Al momento del terremoto abruzzese, queste funzioni erano realizzabili solo per eventi interni al territorio del Lazio. Il mio compito, quindi, doveva espletarsi diversamente all'interno del territorio regionale ed in coordinamento con il Dipartimento Nazionale della

Protezione Civile.

Per questo, dopo aver preso contatto con la Dr.ssa Marino del Dipartimento Nazionale della Protezione Civile, ho chiamato gli Enti e le Associazioni di Volontariato di Protezione Civile per acquisire i nomi dei colleghi immediatamente disponibili ed inviarli al Dipartimento, dal quale sono stati attivati.

La funzione di coordinamento degli psicologi sul luogo della catastrofe non era, ovviamente, di mia competenza, ma

# La psicologia delle emergenze

all'interno della Regione molte erano le cose da fare.

All'Unità di Crisi giungono tutte le informazioni dei trasferimenti dei feriti negli ospedali. Ben presto ci siamo resi conto che eravamo diventati un punto di riferimento per chi cercava i propri congiunti.

L'ARES ha deciso così di attivare immediatamente il numero verde per le maxiemergenze verso il quale sono state dirottate le chiamate dei cittadini. Il mio compito era quello di coordinare l'attività del numero verde all'interno dell'Unità di Crisi permettendo in tal modo i ricongiungimenti familiari. Infatti non solo i feriti più gravi trasportati dai mezzi di soccorso, ma numerosi abruzzesi giungevano negli ospedali romani con i propri mezzi, abbandonando tutto. Era importante a quel punto monitorare anche negli ospedali la presenza di psicologi che si occupassero dei feriti.

Con il passare dei giorni giungevano informazioni anche da piccoli comuni del Lazio che stavano accogliendo degli sfollati. È giunto poi il momento, a quattro giorni dal terremoto, di recarsi

a L'Aquila per integrare meglio l'attività svolta dal numero verde dell'ARES con quella del DICOMAC (Direzione di Comando e Controllo).

È difficile descrivere le sensazioni che si provano nell'entrare in una zona nella quale i segni della catastrofe sono così evidenti, entrare nel *caos organizzato* di un centro di comando come quello della caserma di Coppito, ascoltare qualcuno che ti mostra la propria terra devastata, descrivendone la bellezza precedente, e sentire il racconto della disperazione e dell'orgoglio di appartenere a quella terra.

Una giornata intensa che mi ha permesso di individuare come convogliare il flusso delle informazioni e che mi ha coinvolto sia nella gioia di un ricongiungimento, che nel dolore di coloro che avevano perso tutto o quasi e vista sconvolta la propria vita in pochi minuti.

Nelle due settimane che hanno coinvolto la mia azienda nell'attività di soccorso e assistenza alle vittime e punto di riferimento per le ricerche dei ricoverati e degli sfollati nel Lazio, i momenti sono stati intensi ed intensa la condivisione delle emozioni con i

colleghi con i quali abbiamo lavorato fianco a fianco, scoprendo come sia possibile, anche nella diversità di ruoli, funzioni e modalità di lavorare, trovare una integrazione che funzioni.

Era arrivato il momento di occuparsi dei soccorritori, di coloro che nella mia azienda erano partiti in soccorso alla popolazione nelle prime ore, durante le quali avevano incontrato morte, dolore e devastazione.

Attraverso il debriefing è stato possibile condividere le emozioni, i ricordi – anche di eventi personali precedenti – i pensieri: tutto è stato messo nello spazio comune del gruppo. Un'esperienza importante per tutti, compresa la conduttrice, una possibilità nuova per alcuni.

*\*Dirigente Psicologo dell' U.O. Psicologia del Lavoro ARES118 Roma.*

## →🕒 **Abruzzo: l'intervento psicologico negli ospedali**

valutazione dell'intervento psicologico nei confronti delle vittime del sisma

di Danila Pennacchi\*

**Q**uando si parla di Maxiemergenze si affrontano prevalentemente le problematiche inerenti i bisogni psicologici delle vittime e dei familiari sul luogo dell'evento e si discute sulla prevenzione dei PTSD e quindi della successiva presa in carico delle persone che manifestano una determinata sintomatologia. Spesso però si dimentica una fase altrettanto importante: quella relativa all'assistenza ospedaliera. Per questo motivo è nato il Progetto Europeo IPPHEC (Improve the Preparedness to give Psychological Help in Event of Crisis) che ha come

Project Leader il Ministero della Salute. Il Progetto IPPHEC ha l'obiettivo di sottolineare e far emergere l'importanza dell'intervento psicologico anche nella fase di accoglienza e/o ricovero in ospedale e di proporre, in questa fase, delle raccomandazioni sulle modalità di sostegno psicosociale da attuare in caso di maxiemergenze.

Ed è per questo motivo che come A.O. San Camillo Forlanini di Roma e come Coordinatore Scientifico del Progetto, con il supporto del Ministero della Salute e della Protezione Civile della Regione Lazio, mi sono recata

in Abruzzo per valutare l'intervento psicologico effettuato negli ospedali che hanno accolto le vittime del sisma. Non è stato un lavoro facile perché le notizie che giungevano a Roma erano frammentarie e poco precise e solo un lavoro prodotto sul campo ha potuto dare risultati concreti.

Dal punto di vista logistico sono stata ospitata dal COM2, gestito dalla Protezione Civile del Lazio, ubicato presso San Demetrio Vestini a pochi chilometri dall'Aquila.

Ho effettuato una ricognizione dello stato operativo assistenziale avvenuto

# La psicologia delle emergenze

durante il terremoto ed in particolare per quanto riguarda l'assistenza psicologica effettuata nei Pronto Soccorso degli ospedali coinvolti nell'accoglienza alle vittime dell'evento ed ai loro familiari. L'aspetto che mi ha colpito maggiormente è stato trovarmi di fronte alle risposte assistenziali più svariate, indice di poca organizzazione in questo specifico settore.

Il fattore comune a tutte le situazioni valutate è stata comunque la mancanza di un Piano di Intervento Psicologico già predisposto e la successiva differenza nella organizzazione immediata, con una evidente buona gestione della situazione in quelle strutture ove era già preesistente un rapporto di collaborazione tra le Direzioni Sanitarie ospedaliere e i Centri territoriali (Centro Salute Mentale, U.O. Consultoriale ecc.)

Questo purtroppo era prevedibile, in quanto gli psicologi in ospedale sono un numero veramente esiguo, quando addirittura non esistente.

In particolare però ha colpito la poca attenzione e sensibilità di un grande ospedale verso questo aspetto in quanto è emerso che, pur avendo alcuni psicologi in organico, non li ha utilizzati per l'accoglienza in Pronto Soccorso, né per il sostegno successivo durante il ricovero. È stato solo grazie alle iniziative personali dei colleghi che molte delle vittime ricoverate hanno potuto usufruire di un intervento psicologico.

È comprensibile pertanto che altri ospedali che dovrebbero ricevere il supporto dello psicologo da questo complesso ospedaliero nelle situazioni di routine, e non riescono ad ottenerlo, non lo abbiano ricevuto neanche in occasione del sisma. In questi casi è stato utilizzato per la prima accoglienza, quando possibile, il personale che aveva una formazione nel campo psicosociale e nella comunicazione in situazioni di crisi. Situazione del tutto diversa in altri ospedali dove, pur non avendo psicologi in organico, le Direzioni Sanitarie sono attente a queste problematiche ed

hanno prontamente attivato i Servizi Territoriali ove erano presenti psicologi, che hanno risposto immediatamente ed hanno gestito le varie fasi: dall'arrivo in ospedale al sostegno successivo alle dimissioni.

In uno di questi ospedali, pur non avendo un Piano già predisposto, è stata organizzata una presa in carico differenziata sin dall'ingresso in Pronto Soccorso. Sono state predisposte équipes composte da due psicologi con l'incarico di occuparsi dell'accoglienza psicologica e di quelle situazioni che necessitavano di una maggiore attenzione. Per queste ultime è stato messo a disposizione, sempre nell'area del Pronto Soccorso, un locale idoneo a colloqui più lunghi e con il bisogno di una maggiore privacy (per es. in caso di comunicazione di decessi). Successivamente è stato organizzato un sostegno psicologico alle persone ricoverate con l'apertura di un gruppo "aperto" dove, sia durante che dopo il ricovero, le persone potevano trovare uno spazio di ascolto.

In un altro contesto, in attesa dei servizi territoriali allertati, il personale del Pronto Soccorso ha messo in atto le competenze appena acquisite attraverso un corso di formazione sui temi dell'emergenza, svolto di recente. Quanto osservato in questa occasione ha messo in evidenza che anche nella fase ospedaliera è necessario sviluppare:

- 1) una Cultura della psicologia dell'emergenza e una formazione in questo campo;
- 2) una pianificazione della risposta psicologica agli eventi catastrofici che permetta di affrontare in maniera adeguata ed immediata la situazione contingente;
- 3) una Rete di collaborazione che lavori trasversalmente nelle varie fasi del soccorso.

Tutto questo in una duplice visione:

- a) quando sono presenti gli psicologi in ospedale;
- b) quando in ospedale non sono previsti psicologi, quindi sono

i servizi territoriali che devono farsene carico.

Voglio ricordare inoltre l'emozione di due Direttori Sanitari che mi hanno colpito per i loro racconti. Il primo quando ha descritto il collega che è prontamente accorso in Pronto Soccorso ad aiutare le vittime, pur avendo perso moglie e figlia nel disastro e l'altro, da sfollato in un albergo del litorale, che aveva perso le sue radici e accennava, smarrito, alla sua esperienza con una riservatezza ed un pudore che ho ritrovato in molte delle persone che hanno vissuto questo inferno.

Colgo l'occasione per ringraziare tutti i Direttori Sanitari che ho coinvolto nella mia indagine e che si sono mostrati disponibili ad aiutarmi.

*\*A.O. San Camillo Forlanini Roma Resp. Prevenzione e Gestione del Rischio Psicologico Referente Piano Intervento Psicologico in Ospedale.*

## →🕒 L'intervento di supporto psicologico con i bambini di San Vittorino

elaborare il trauma attraverso il gioco

di Gabriella Mosca\*

I bambini, che hanno minori capacità di fronteggiare una situazione di crisi, devono dunque essere considerati come gruppo ad alto rischio dopo una calamità. Come gli adulti, anche i bambini rispondono ad un trauma con sintomi di ripetizione dell'esperienza dell'evento, ottundimento emozionale, evitamento comportamentale e aumento dell'attivazione fisiologica. Risulta chiaro quindi che, in seguito ad un evento traumatico i bambini manifestino i normali segnali di stress. Tuttavia in alcuni casi possono aver bisogno di interventi di crisi immediati che li aiutino a gestire emozioni intense di panico e terrore. Alcuni bambini a San Vittorino immediatamente dopo il terremoto, hanno mostrato segnali di manifestazione del panico come: il tremore, un linguaggio confuso, mutismo, comportamento disorganizzato. In questi casi il nostro intervento è stato quello di fornire una *relazione empatica* in cui i bambini si sono sentiti contenuti e protetti, grazie alla quale hanno avuto la percezione che c'era un adulto che li aiutava ad affrontare quella tremenda situazione che gli aveva provocato una grossa paura e un forte dolore.

Prima di tutto, noi psicologi, abbiamo conquistato la loro fiducia, mostrando loro di capire quello che stavano provando e facendo loro sapere che eravamo lì per aiutarli e proteggerli. Siamo rimasti con questi bambini finché non si sono calmati, in particolare abbiamo posto molta attenzione alla comunicazione non verbale: tono della voce, sguardo, abbracci (se il bambino ce lo permetteva), elementi comunicativi che se utilizzati adeguatamente infondono tranquillità e abbassano la tensione nel bambino

che ha bisogno di affidarsi all'adulto per affrontare il trauma.

L'intervento sulla crisi deve garantire protezione e rassicurazione per alleggerire il bambino dal carico emotivo e cognitivo. Il canale comunicativo non verbale è quello più legato alle emozioni e quindi alla loro gestione, per tale motivo prima di fare un intervento sulla crisi con un bambino è importante fare attenzione a quella che è la nostra reazione, bisogna che diamo il tempo a noi stessi di notare se siamo impauriti o tesi, in questo caso bisogna che noi stessi ci calmiamo prima di avvicinare il bambino. Attraverso la comunicazione non verbale gli obiettivi da raggiungere con il bambino sono:

- Fornirgli sicurezza e calore, perché sappia di non essere solo ma al sicuro con noi.
- Collegamento con la presenza solida e centrata di un adulto.
- Far acquisire fiducia nella nostra capacità di aiutarlo a gestire le

emozioni forti che sta provando in quel momento.

Oltre agli interventi sulla crisi, abbiamo garantito, con la nostra presenza costante nel campo, un supporto ai bambini lontano dal luogo del disastro nei giorni successivi all'evento. Prima di tutto abbiamo creato degli spazi sicuri e confortevoli dedicati a loro, forniti di moltissimi giocattoli e materiale vario per il disegno. All'inizio, il primo giorno dopo il terremoto, questo spazio era rappresentato da un prato con a terra delle buste che "delimitavano" quello che era il loro "spazio sicuro", nel campo che ancora non era stato allestito, (stavano ancora montando le tende). Quelle buste sull'erba ci davano la sensazione che quello era il nostro spazio per lavorare con i bambini che sembravano molto divertiti da quella situazione nuova. I bambini stavano attenti a non andare sull'erba uscendo fuori dalle buste, per non uscire da quello spazio, che anche se simbolicamente,



Foto 1 Gli psicologi di PSIC-AR con i bambini il giorno dopo il terremoto (foto di Luciano Rossetti).

# La psicologia delle emergenze

rappresentava “il loro rifugio”. Le buste sono poi diventate col passare dei giorni, una grande tenda super fornita di giochi e materiale vario, ma prima di tutto favoriva ai bambini la possibilità di accedere ad uno spazio mentale dove riuscivano a tirar fuori quelle emozioni che tanto li preoccupavano.

La creazione di questi spazi sicuri di gioco psicologicamente orientato, diventavano per noi momenti e luoghi privilegiati di osservazione delle loro reazioni e del loro stato emotivo; ci permetteva inoltre di realizzare con loro un lavoro di verbalizzazione delle emozioni attraverso il gioco simbolico e il disegno.

Un importante lavoro, che abbiamo fatto noi psicologi, per garantire ai bambini le migliori condizioni per affrontare ed elaborare il trauma, è, oltre il lavoro di esternalizzazione delle proprie emozioni, un lavoro sul sistema familiare; abbiamo infatti creato dei momenti in cui nella tenda dei bambini ci raggiungevano anche i genitori, siamo così riusciti, attraverso l'organizzazione di laboratori ludici con genitori e figli, ad osservare la relazione tra papà, mamma e il bambino o la bambina, e come quell'evento traumatico l'avesse influenzata. Ci siamo trovati di fronte a genitori che, ovviamente scossi emotivamente per l'accaduto, non riuscivano ad affrontare l'argomento “terremoto” con i loro figli, o che gli facevano credere che non fosse il terremoto la scossa che la loro figlia gli diceva di aver sentito durante la notte.

In seguito alla richiesta di aiuto di questi genitori, abbiamo fornito un supporto alla genitorialità, lavorando sui contenuti e le modalità di comunicazione con i loro figli, specialmente quella non verbale, ed accompagnato alcune madri, provate dall'evento, nella ripresa di una funzione protettiva e di contenimento nei confronti dei loro figli.

Il lavoro si è concentrato anche sull'attivazione della *resilienza* e di *capacità auto-protettive* nei bambini, ovvero l'attivazione di quelle capacità funzionali specifiche per affrontare



Foto 2 Gli psicologi di PSIC-AR con i bambini un mese dopo il terremoto (foto di Luciano Rossetti).

la situazione dolorosa, favorendo un “adattamento positivo” a quella situazione avversa e un processo di recupero dal trauma. Questo tipo d'intervento è stato molto complesso e non può essere considerato a se stante, ma è parte integrante di tutto l'intervento di supporto alla popolazione, tanto da implicare sia interventi diretti sui bambini, sia interventi indiretti, ma che comunque rafforzavano le risorse a disposizione dei bambini per l'elaborazione del trauma. Con questo specifico intervento si è mirato a potenziare quei fattori protettivi che hanno attivato nei bambini una risposta adattiva positiva all'evento traumatico vissuto, ovvero:

- interventi di sostegno alla genitorialità per facilitare i genitori ad essere competenti e protettivi nonostante la situazione traumatizzante;
- favorire la costituzione di relazioni amicali profonde con i coetanei, attraverso l'organizzazione di giochi di gruppo (spesso infatti la calamità interrompe i legami familiari e le altre relazioni di sostegno sociale);
- favorire il senso di autoefficacia percepito e l'autostima nel bambino, attraverso giochi individuali e di gruppo;
- ricreare un senso di continuità e sicurezza

nella comunità per potenziarne le risorse, favorendo così buone relazioni non solo con gli altri bambini ma anche con gli altri adulti del campo, questo permette una condivisione delle emozioni legate al trauma ed una normalizzazione di esse.

L'attivazione dei fattori protettivi limita la catena di reazioni negative che contribuiscono allo sviluppo di conseguenze a lungo termine e prevengono un'ulteriore esposizione a situazioni traumatizzanti.

Ci siamo organizzati inoltre perché i bambini riprendessero al più presto all'interno del campo stesso, le attività didattiche, per il recupero di un senso di continuità con le attività della loro vita precedenti il terremoto, di modo che il terremoto non rappresentasse lo spartiacque tra una vita normale “prima” e una vita dolorosa “dopo”, è infatti fondamentale riconquistare un senso di normalità e sicurezza per far fronte al senso di impotenza che caratterizza l'aver vissuto un evento così doloroso.

L'obiettivo generale del lavoro con i bambini era permettere loro di affrontare al meglio le conseguenze del trauma subito per fargli riprendere al più presto un senso di “normalità”.

\*Segretario PSIC-AR (Psicologi dell'emergenza Alfredo Rampi).



# La psicologia delle emergenze

## →🎯 “Grazie volontari”

intervista al sig. Giovanni Cialone, presidente del Circolo Ricreativo-Culturale di San Vittorino di Luana Proietti\* e Michele Grano\*\*

Salve signor Giovanni. Ci può dare un parere sul lavoro svolto dagli psicologi di PSIC-AR nella tendopoli?

Dunque, credo che l'intera popolazione di San Vittorino abbia vissuto il vostro lavoro molto bene. Io sono un grande osservatore e ho notato come vi prendevate cura di tutti nel campo. Ho visto che vi avvicinavate alle persone con grande pazienza e gentilezza, non so se ve le insegnano queste cose, ma mi sembrava un bel modo per relazionarsi ai bambini, ai ragazzi, agli anziani... a tutti, insomma.

Quando uscivi dalla tenda c'era sempre qualcuno che poteva darti una parola, un conforto. Alcuni di voi sono stati molto vicini a me e alla mia famiglia in alcuni momenti particolari.

Ci può dire come ha vissuto personalmente l'intervento degli psicologi?

Per me l'intervento degli psicologi è stato molto utile. Siete squisiti, poi dicono che non si trovano persone buone. Quando penso ad alcuni di voi mi si riempie il cuore. Ho avuto tanti problemi, ho perso mia nipote insieme al marito, se non c'eravate voi io non lo so...

Circa vent'anni fa, quando sono andato in pensione, mi ero già rivolto ad una psicologa. Devo dire che mi ero trovato bene e grazie a lei ho capito che potevo andare avanti nella vita e quindi sapevo già quanto fosse importante un aiuto psicologico nelle situazioni difficili. Quando vedevo al campo che organizzavate attività per la gente capivo bene l'importanza di occupare le giornate delle persone, per evitare che la mente camminasse verso

pensieri negativi, legati al terremoto.

E che ci dice riguardo al lavoro svolto dai volontari che operavano al campo?

Sono meravigliato, perché avevo un pregiudizio nei confronti dei romani e mi sono dovuto ricredere: io li vedevo come “spacconi”, “sbruffoni” e invece ho scoperto che sono persone davvero squisite, le più squisite che ci stanno. Subito dopo il terremoto li ho visti lavorare giorno e notte per noi, con quel freddo... Pensavo: fanno tutto questo per noi. Il terzo giorno già avevamo una tenda dove abitare.

Mi ha colpito il fatto che alcuni volontari tornavano al campo ad aiutare durante i loro giorni di ferie. Mi ha colpito anche che andavano a mangiare alla fine della cena, le cose fredde, per servire prima noi. Questa gente lo fa per volontà divina, superiore, proprio non ci si crede...

C'è stato uno scambio umano con tutti voi volontari. Alla fine di ogni turno c'erano dei ringraziamenti generali sia da parte nostra sia da parte vostra proprio perché si sentiva che avevamo condiviso qualcosa di forte.

Oserei dire che, al di là del dolore e dei lutti, questa esperienza ci ha arricchito e fatto crescere. Sembra strano da dire, ma senza questo terremoto non avrei conosciuto tante belle persone che mi hanno cambiato in meglio.

E, invece, volendo fare una critica, secondo lei cosa non ha funzionato nell'intervento degli operatori e che cosa si potrebbe migliorare?

Sinceramente non ho da muovere critiche, ma solo apprezzamenti per il vostro lavoro e la vostra disponibilità,

come vi ho già detto...

Per concludere, ha la possibilità di lasciare un messaggio a tutti gli operatori che hanno lavorato al campo in questi mesi: cosa direbbe loro?

Io non sono tanto capace a fare discorsi o a inventare belle frasi... che vi posso augurare? Le cose più belle del mondo. Io credo in Dio e gli chiedo tutto il bene che vi possa dare.

\*Psicologa clinica e di comunità, socio PSIC-AR (Psicologi dell'emergenze Alfredo Rampi).\*

\*\*Psicologo dell'educazione e dell'età evolutiva, socio PSIC-AR (Psicologi dell'emergenze Alfredo Rampi).

## →🕒 Il dis-ORDINE degli psicologi del Lazio

considerazioni sull'operato dell'Ordine in occasione dell'emergenza terremoto

di Rita Di Iorio\*

La recente esperienza del terremoto in Abruzzo ha per la prima volta coinvolto un numero massiccio di colleghi per il soccorso psicologico alla popolazione, attraverso l'attivazione da parte del Dipartimento Nazionale di Protezione Civile secondo i criteri dettati dalla legislazione vigente ("Criteri di massima per l'organizzazione dei soccorsi sanitari nelle catastrofi" Presidenza del Consiglio dei Ministri, 2001; "Criteri di massima per l'intervento psicosociale nelle catastrofi" Presidenza del Consiglio dei Ministri, 2006), in merito all'allertamento ed alla gestione della funzione sanitaria in emergenza. Un evento così importante ha messo in evidenza, inevitabilmente, delle criticità, visto la vastità e la drammaticità dell'evento calamitoso da fronteggiare. Ma in alcuni casi tali criticità sono state particolarmente dannose per l'immagine professionale degli psicologi, tali da obbligarci a richiedere l'intervento dell'Ordine Nazionale a garanzia della nostra professionalità.

In particolare, non è stata riconosciuta la professionalità degli psicologi formati specificatamente in Psicologia dell'emergenza. Ciò avrebbe permesso di tutelare la sicurezza e la salute di molti giovani colleghi che, mossi da solidarietà umana, ma senza possedere gli strumenti idonei per realizzare un intervento efficace, si sono offerti di operare nell'emergenza, creando così un potenziale danno anche agli utenti. Infatti, a fronte della professionalità espressa da personale formato per l'emergenza, edotto sulle procedure di Protezione Civile e riconosciuto all'interno di enti ed associazioni di Protezione Civile, coordinate direttamente dalla Funzione Sanitaria del DiCoMaC (Direzione Comando e

Controllo) e dei COM (Centri Operativi Misti), si è assistito a:

- a) Ordini professionali regionali (come l'Ordine degli psicologi del Lazio) che con scarsa conoscenza delle procedure e senza integrarsi con il Dipartimento Nazionale della Protezione Civile (che coordina tutti gli enti ed amministrazioni che partecipano ai soccorsi in caso di evento catastrofico che travalichi le potenzialità di risposta delle strutture locali), hanno attivato ed inviato in Abruzzo psicologi non formati nel settore, con possibili ricadute negative sugli operatori e sulla popolazione.
- b) Psicologi o studenti in psicologia, inseriti in associazioni di volontariato operativo, che arrivati sul posto in veste di volontari si sono presentati come psicologi formati all'emergenza e sono intervenuti psicologicamente con la popolazione senza mettersi in rete con il responsabile e i colleghi del campo.

Questi comportamenti, oltre ad ostacolare l'attività di tutta la funzione sanitaria, hanno esposto la nostra professione a critiche e a svalutazione degli interventi psicologici, compromettendone l'immagine, nonostante la serietà e la professionalità della maggioranza delle attività realizzate in quest'area dagli psicologi dell'emergenza.

Ci rammarichiamo, in particolare, che l'Ordine degli psicologi del Lazio non abbia usufruito del Gruppo di Approfondimento in psicologia dell'emergenza di cui facciamo parte, che operava già da 4 anni. Un lavoro prezioso che aveva fatto raggiungere alla Psicologia dell'Emergenza un ruolo centrale, riconosciuto dagli Enti preposti

alla gestione dell'emergenza (Enti di protezione civile e di soccorso sanitario). Un lavoro intenso che solo per ricordare alcuni risultati più significativi, aveva dato all'Ordine (come la precedente presidenza) l'opportunità di stipulare un protocollo d'intesa con la Prefettura, la Provincia e il Comune di Roma, di produrre con il Comune e la Prefettura due pubblicazioni, di entrare a far parte del progetto nazionale "Scuola Sicura" (presieduto nella Provincia dalla Prefettura di Roma); in sintesi un lavoro che aveva permesso di presentare, alle Istituzioni della protezione civile e della sanità, una figura di psicologo dell'emergenza altamente formata tecnicamente e professionalmente.

In particolare siamo rimasti sorpresi dal fatto che l'Ordine del Lazio abbia:

- Immobilizzato le attività del Gruppo di approfondimento in Psicologia dell'Emergenza proprio nel momento della grande emergenza in Abruzzo, per intervenire autonomamente in situazioni locali e interregionali.
- Neutralizzato i protocolli di intesa già siglati con alcuni enti istituzionali.
- Convocato, attraverso una telefonata veloce di un ragazzo inesperto, tutti gli iscritti all'Ordine, senza tener conto della professionalità nel settore che l'Ordine stesso aveva costruito.
- Convocato per l'intervento in Abruzzo e poi sponsorizzato, in diversi ambiti pubblici e formativi, una sola Associazione, ignorando tutte le forze presenti nel territorio, principalmente le altre Associazioni facenti parte del Gruppo di approfondimento in Psicologia dell'Emergenza.

L'Ordine, non dovremmo ricordarlo noi, ha come sua funzione prioritaria quella di

# La psicologia delle emergenze

porsi come garante della professionalità e dell'eguaglianza degli psicologi e non quello della sponsorizzazione di una sola associazione a discapito di tutte le altre che operano in un determinato settore. Muoversi in questa direzione comporta l'introduzione di una prassi scorretta, che crea un pericoloso precedente per la neutralità dell'Ordine, non coerente al suo mandato istituzionale.

Abbiamo manifestato, insieme all'Associazione "Psicologi per i Popoli" Lazio, ed insieme ai colleghi inseriti nei Dea ospedalieri (Pronto Soccorsi degli Ospedali del Lazio), queste nostre critiche all'Ordine degli psicologi del Lazio.

Non abbiamo ancora ricevuto una risposta convincente e per noi soddisfacente. L'Ordine giustifica il proprio comportamento relativo all'invio

di psicologi non preparati richiamandosi alla situazione di emergenza che si era trovata a fronteggiare. Si comprende bene che questa è un'argomentazione poco accettabile - è quasi un ossimoro - per una istituzione che pretenderebbe di operare in emergenza. Tale pretesa comporta un'organizzazione, preparazione, efficienza e non improvvisazione e diletterantismo.

Se la comunità internazionale ed il nostro stesso Ordine hanno deciso che per fronteggiare l'emergenza ci vogliono psicologi adeguatamente preparati e formati, non può derogare a questo principio proprio in caso di emergenza! C'è da chiedersi, anche, se è previsto per statuto che l'Ordine possa intervenire in emergenza coordinando direttamente.

Quanto descritto avrà inevitabilmente la conseguenza di indurre i Referenti

dell'Associazione che fanno parte del Gruppo di apprendimento in Psicologia dell'Emergenza dell'Ordine degli Psicologi del Lazio a presentare le loro dimissioni.

\*Presidente PSIC-AR (Psicologi dell'emergenze Alfredo Rampi).

## →🕒 Psicologia, Prevenzione e Sicurezza sul lavoro

il 2010 non è lontano

di Gianmichele Bonarota\*

La normativa sulla Sicurezza sul posto di lavoro scorre velocemente e dal Decreto Legislativo n. 81/08 siamo passati al Decreto Legislativo n. 106 del 3 agosto 2009 nonché alla direttiva 2009/104/ del Parlamento Europeo e del Consiglio UE del 16 settembre 2009 che sarà recepita a giorni anche dal nostro ordinamento. La velocità per regolamentare e conformare sempre più il settore evidenzia la necessità di operare secondo gli accordi di Lisbona ed di arrivare alla riduzione, soprattutto nell'ambito dell'edilizia, delle morti sul lavoro.

Su tale scia si pone il monito continuo dell'On. Presidente della Repubblica Giorgio Napolitano e soprattutto la sensibilizzazione dei grandi canali di comunicazione.

È di grande importanza soffermarsi sull'ultimo decreto legislativo, il n. 106/09 e in modo particolare sull'art. 28 relativo alla valutazione dei rischi comma 1 bis che tratta "Rischi stress lavoro correlato"

*1-bis la valutazione dello stress lavoro-correlato di cui al comma 1 è effettuata rispetto alle indicazioni di cui all'art. 6, comma 8. lettera quater e il relativo obbligo decorre dalla elaborazione delle predette indicazioni e comunque, anche in difetto di tale elaborazione, a far data dal 1 agosto 2010.*

Il suddetto articolo, che fa riferimento alla normativa precedente n. 626/94, ripreso dall'art. 28 del 81/2008 e in vigore dal 16 maggio 2009, contrasta con l'accordo europeo emanato l'8 ottobre 2004. Ciò ha comportato l'emanazione di una sentenza del Consiglio d'Europa e la messa in mora dell'Italia per le sue inadempienze

applicative.

Per rendere più fruibile la comprensione ai non addetti ai lavori basta solo mettere in evidenza che nonostante siano trascorsi cinque anni le diatribe sussistono ancora oggi e le competenze relative alla figura professionale di Psicologo del Lavoro continuano ad essere disattese.

Le ragioni di tutto ciò possono essere ricondotte ad una mancanza di Cultura sociale e di sensibilità al concetto di Prevenzione e Sicurezza nel mondo del lavoro.

Perdura la tendenza a ragionare solo in termini di "fato" o incidenti casuali e ad operare solo "a disastro avvenuto". Persistono interessi e relative forze che operano in tal senso, collegati alla Formazione che viene gestita quasi *in toto* da ingegneri e tecnici di settore e operatori che si improvvisano esperti delle Risorse Umane.

Pochissimi sono gli Psicologi che, acquisendo attraverso continui aggiornamenti e formazione competenze e capacità indispensabili e necessarie, riescono a gestire tutto il sistema delle motivazioni al lavoro, gli aspetti ergonomici, la comunicazione ed il lavoro di gruppo nonché l'area specifica dello stress e dei fenomeni di mobbing, del malessere lavorativo ed organizzativo e non ultimo una stretta correlazione, attualmente di sola competenza sanitaria, relativa al fenomeno delle tossicodipendenze ed dell'alcoolismo.

Inoltre altri settori potrebbero e anzi dovrebbero essere affrontati anche con lo Psicologo, ad esempio tutta la progettazione delle varie figure della sicurezza che passano attraverso il percorso dell'apprendimento, in particolare degli adulti professionalizzati, secondo le

indicazioni europee "lungo tutto l'arco della vita professionale".

A tal fine invito a leggere l'allegato al D.Legs. 81/2008, Allegato XIV in riferimento ai contenuti minimi di operatori della sicurezza che nel modulo metodologico/organizzativo dovrebbero acquisire:

1. Teorie e tecniche di comunicazione, orientate alla soluzione dei problemi e alla cooperazione;
2. Teorie e gestione dei gruppi e la leadership.

Questi elementi incidono sulla sindrome del Burnout, la soddisfazione lavorativa, la motivazione, ed anche sul fenomeno delle discriminanze cui all'art. 1 per generi relativamente alle molestie sessuali, religiose ed etniche, quindi alla concetto di Giustizia organizzativa, al benessere psicologico, alle prestazioni lavorative, insomma alla Sicurezza.

Collegato al concetto della formazione permanente e continua è lo strumento, previsto e mai sperimentato del "Libretto Formativo del cittadino" cui all'art. 2 comma 1, lettera i) del Decreto Legislativo, 10 settembre 2003, n. 276 e successive modificazioni ed integrazioni.

Un'altra buona intenzione che rimane tale.

Una notizia positiva giunge invece dall'art. 6 del Decreto Legislativo n. 106/2009 con la creazione della figura professionale del "Formatore per la salute e la sicurezza" affidata alla Commissione Consultiva con il compito di "elaborare criteri di qualificazione della figura del formatore per la salute e sicurezza sul lavoro, anche tenendo conto delle peculiarità dei settori di riferimento".

Il problema vero saranno i tempi e le "spinte" delle varie lobbies d'interessi.

# Sicurezza nei luoghi di lavoro

In questo quadro, in veloce divenire, nel meccanismo giuridico funzionale, anche se ferragginoso ed articolato, brilla l'assenza delle iniziative della comunità degli Psicologi nelle sue rappresentanze nazionali e locali.

Vorrei sottolineare che l'argomento della Sicurezza non può e non deve essere delegato all'Ordine professionale ma deve essere patrimonio delle *associazioni culturali, di gruppi professionali o di volontariato* "sul territorio" ed in collaborazione con i vari organi paritetici locali presso le associazioni sindacali dei lavoratori e dei datori di lavoro.

Occorre sperimentare ed attuare

presso gli *istituti di secondo grado* (Licei, Istituti tecnici, ecc.) percorsi di conoscenza e sensibilizzazione alla Prevenzione e Sicurezza del Mondo del Lavoro.

Il 2010 non è lontano. Dobbiamo operare affinché non si perda quest'ulteriore occasione.

*\*Psicologo del lavoro.*

## →◎ La pericolosità sismica in Italia

di Giovanni Maria Di Buduo\*

### IL TERREMOTO

Un terremoto è una perturbazione che si propaga nel sottosuolo con onde di diverse caratteristiche; la perturbazione è provocata dall'istantaneo rilascio di energia elastica accumulata nel lungo tempo da particolari superfici (faglie) che delimitano imponenti blocchi di roccia e che tendono a muoversi gli uni rispetto agli altri.

I movimenti sono impressi dalle sollecitazioni geodinamiche che subiscono i limiti delle placche litosferiche, cioè le parti in cui è divisa la litosfera (la litosfera è la parte più superficiale del nostro pianeta ed ha uno spessore compreso tra 5-10 chilometri e poco più di 100); le placche si muovono le une rispetto alle altre, causando la formazione nel corso di milioni di anni di catene montuose e oceani (l'Ocea-

no Atlantico è in apertura, il Pacifico in chiusura).

Le rocce che costituiscono la litosfera sono quindi sottoposte in alcune zone a intense sollecitazioni prolungate nel tempo, che portano a deformazioni (pieghe) e rotture (faglie). Le rocce possono avere un comportamento fragile (cioè si spezzano) solo nella litosfera, poiché più in profondità le elevate pressioni e temperature fanno sì che le rocce si comportino in maniera plastica (cioè si deformino senza rompersi).

Attraverso lo studio dei sismogrammi registrati da stazioni diverse è possibile risalire all'ubicazione dell'epicentro del sisma e alla principale componente che ha caratterizzato il movimento delle masse rocciose, cioè se è avvenuta un'estensione, una compressione o un

movimento laterale (fig. 1).

Quando l'energia accumulata nel tempo supera la resistenza (attrito) tra le pareti della faglia si produce un movimento che si propaga a grandissima velocità lungo un reticolo di faglie e fratture fino ad esaurirsi (fig. 2), generando una perturbazione che viaggia attraverso le rocce in tutto il pianeta (come quando si getta un sasso nell'acqua): questa perturbazione si diffonde tramite onde (cioè oscillazioni) di tipo diverso che viaggiano a velocità diverse, ed ha effetti ovviamente maggiori quanto più si è vicini alla sorgente del terremoto (l'ipocentro è in profondità il punto dove si è originato il movimento, l'epicentro è in superficie il punto sulla sua verticale).

L'energia prodotta da un terremoto dipende principalmente da quanto sono intense le sollecitazioni geodinamiche che portano all'accumulo di energia, e da che tipo di movimento avviene, il quale influenza la tempistica con cui questa energia viene rilasciata: a parità di forze in atto un movimento di estensione (faglie dirette) comporta un rilascio di energia più frequente e quindi meno intenso, mentre un movimento di compressione (faglie inverse) implica dei sismi meno frequenti e più energetici.

In genere i terremoti non sono eventi isolati temporalmente, poiché in base a quanto esposto esiste un equilibrio dinamico tra le masse rocciose e le sollecitazioni cui sono sottoposte: tale equilibrio dinamico si risolve quindi in uno sciame sismico (cioè un certo numero di terremoti in una stessa area in un "breve" intervallo di tempo) di durata più o meno prolungata, con eventi che possono avere un'intensità tale da generare danni sul territorio.

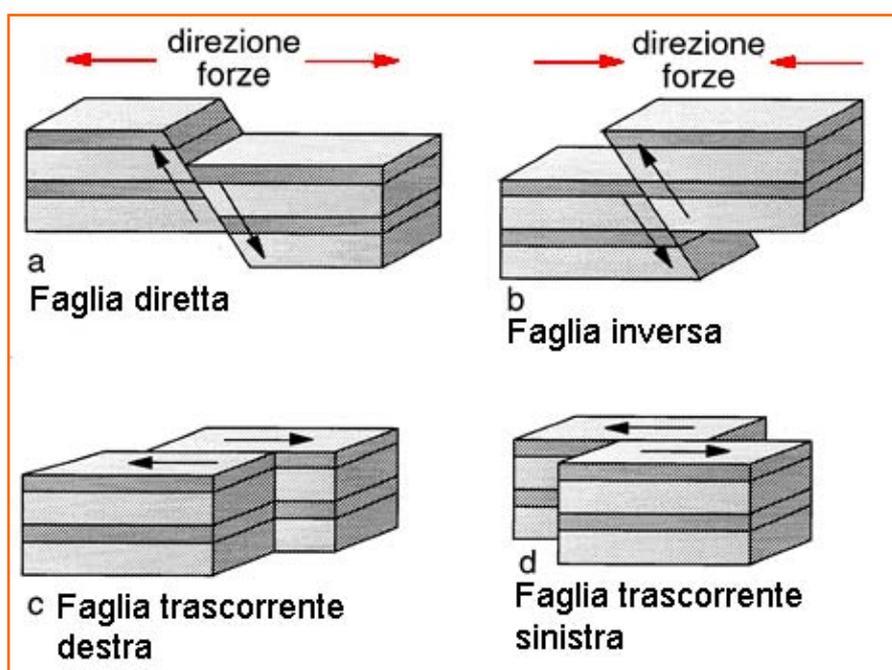
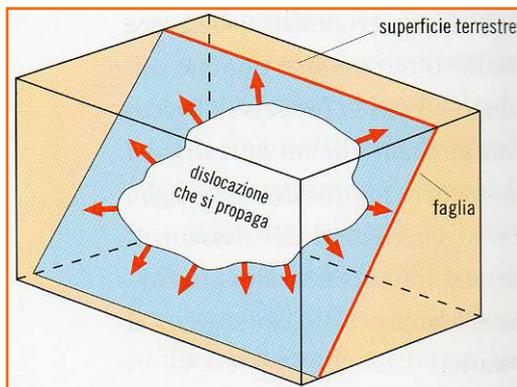


Figura 1 I 4 tipi di cinematismo delle faglie; le figure rappresentano ovviamente degli schemi semplificativi: innanzitutto i movimenti possono essere una combinazione di una componente distensiva o compressiva e una trascorrente, poi una faglia può avere un andamento irregolare e comunemente presenta nel suo intorno una fascia di rocce deformate, sbriciolate e parzialmente ricementate (cataclasti e miloniti).

# Territorio



**Figura 2** L'origine di un terremoto: il movimento lungo una faglia si propaga lungo fratture e faglie circostanti, originando le onde sismiche [immagine: INGV, 2005].

## MAGNITUDO E INTENSITÀ

Spesso sentiamo parlare di un evento sismico in termini di Magnitudo o di intensità, e di gradi sulla Scala Richter

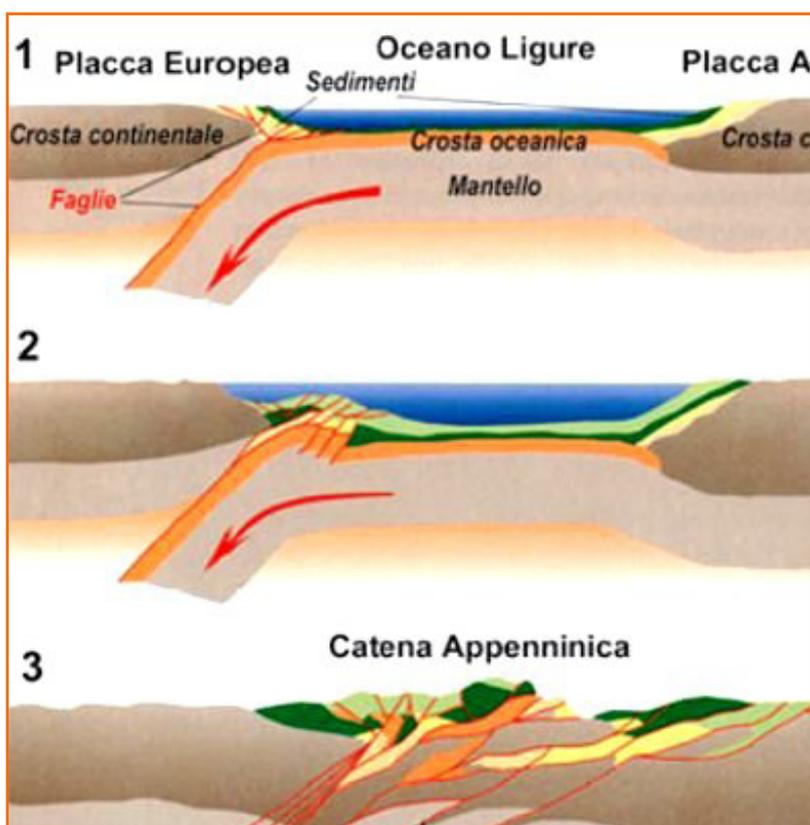
o sulla Scala Mercalli.

In generale la Magnitudo è una misura dell'energia sprigionata da un terremoto nel punto in cui esso si è originato, mentre l'intensità è invece una misura degli effetti prodotti in superficie sul paesaggio e sui beni dell'uomo dal terremoto stesso.

La Magnitudo Richter, detta anche Magnitudo Locale (Ml), per come è stata definita (nel 1935) presenta delle limitazioni: non ha un vero e proprio significato "fisico", ma è semplicemente un numero che mette in relazione differenti ampiezze del segnale, può essere calcolata solo per terremoti che avvengono a distanza minore di 600 km dalla stazione che ha registrato l'evento, e può assumere anche un valore negativo.



**Figura 3** L'area italiana circa 16 milioni di anni fa (Miocene Medio): le Alpi si sono già formate, la catena Appenninica è in sollevamento e in movimento verso est (insieme al Blocco Sardo-Corso) (in giallo è rappresentato il contorno attuale della penisola); la Piattaforma Apula fa parte di una piccola placca litosferica compresa tra quella Africana e quella Eurasiatica, e si trova quindi "davanti" (in geologia si chiama "avampaese") alla catena in avanzamento [immagine: sito della regione Emilia Romagna].

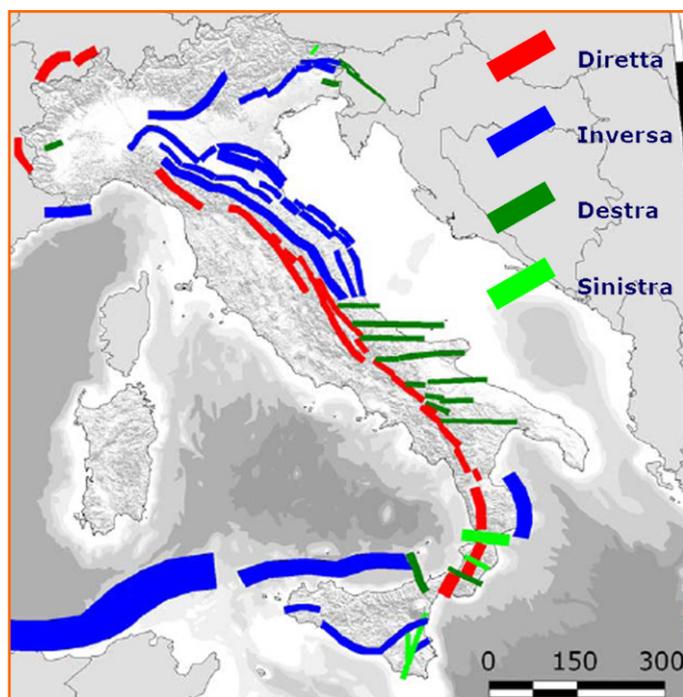


**Figura 4** La convergenza tra la placca Africana e quella Eurasiatica ha portato alla chiusura dell'Oceano che si trovava tra esse e al sollevamento prima della catena Alpina e poi di quella Appenninica: nell'ultima figura in basso si vede come quest'ultima (come tutte le catene montuose) sia costituita da diverse falde rocciose impilate una sull'altra e variamente "spezzate" [immagine: sito della regione Emilia Romagna].

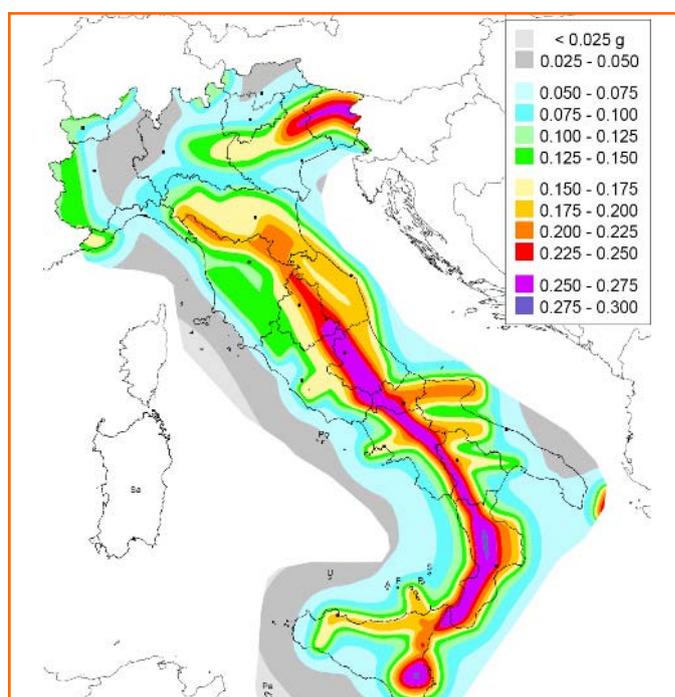
Per ovviare a tali limitazioni sono state introdotte altre scale di Magnitudo che consentono di esprimere l'energia irradiata da un terremoto, tra cui la Magnitudo di Momento Sismico (Mw), che prende in considerazione alcune caratteristiche fisiche dell'ipocentro.

Ogni tipo di Magnitudo è definita in scala logaritmica: un aumento di un grado in Magnitudo equivale ad un incremento di energia di circa 30 volte, quindi l'energia sviluppata da un terremoto di Magnitudo 6 è poco più di 30 volte maggiore di quella prodotta da uno di Magnitudo 5 è circa 1000 volte maggiore di quella prodotta da un terremoto di Magnitudo 4.

A differenza dell'energia rilasciata da



**Figura 5** Carta delle aree sismogenetiche (cioè dove si originano i terremoti) con indicazione del tipo di fagliazione; sono indicate solo le aree che producono sismi con Magnitudo anche maggiore di 5,5, quindi non sono raffigurate tutte quelle esistenti, come per esempio la zona dei Colli albani vicino Roma [INGV, 2007].



**Figura 6** Carta della pericolosità sismica espressa in termini di accelerazione massima del suolo prevista con una probabilità di accadimento del 10% in circa 50 anni (cioè per terremoti con tempi di ritorno di 475 anni); i valori di accelerazione sono riferiti a litotipi con velocità delle onde s (onde di taglio) maggiore di 800 m/s [INGV, 2004].

un sisma, i suoi effetti sono diversi in luoghi diversi a seconda della distanza dall'area epicentrale e dalle condizioni geomorfologiche, geotecniche e stratigrafiche delle diverse aree (effetti di sito, si veda più avanti "La risposta sismica locale"). Tali effetti sono espressi con la scala MCS (Mercalli-Cancani-Sieberg), più nota come scala Mercalli, che presenta 10 gradi diversi.

## LA SISMICITÀ IN ITALIA

Gran parte del territorio italiano è interessato da un'intensa attività sismica connessa ai processi in atto connessi alla formazione delle catene alpina e appenninica, iniziata alcune decine di milioni di anni fa a causa della collisione tra la placca Africana e quella Eurasiatica (fig. 3, 4). Le aree in cui non si risentono effetti di una certa entità dovuti ai terremoti sono alcune zone delle Alpi Centrali,

parte della costa toscana, il Salento e la Sardegna.

La distribuzione della sismicità e il cinematiso delle faglie permettono di individuare i tipi di deformazione, e quindi di movimento, che interessano i vari settori della penisola italiana (fig. 5): la catena Appenninica per esempio è soggetta ad estensione nella zona assiale, mentre nella parte esterna (cioè ad est) è interessata da compressione nel settore centro-settentrionale e da movimenti trascorrenti in quello centro-meridionale.

Integrando i dati sui terremoti avvenuti in passato con approfonditi studi sismologici è possibile delimitare aree a diversa pericolosità sismica, cioè dove è probabile aspettarsi in un certo intervallo di tempo terremoti di una certa intensità (per le definizioni di pericolosità e rischio si veda l'articolo "Pericolosità e rischio ambientale"). La fig. 6 raffigura la carta di

pericolosità sismica dell'Italia, in cui sono delimitate aree a diverso grado di accelerazione massima al suolo (g è l'accelerazione di gravità =  $9,8 \text{ m/s}^2$ ) relativa a terremoti con tempi di ritorno di 475 anni, cioè che si verificano probabilmente ogni 475 anni: ciò equivale a considerare una probabilità del 10% in circa 50 anni che scuotimenti di tali entità si verificano in superficie.

La fig. 7 rappresenta la classificazione sismica del territorio nazionale secondo 4 zone di pericolosità decrescente da 1 a 4 (alcune Regioni hanno poi ulteriormente aggiornato la classificazione del proprio territorio, fig. 8).

Dall'analisi dei dati sismici del passato si ricava che in Italia ogni cento anni si verificano in media più di cento terremoti di magnitudo compresa tra 5.0 e 6.0 e dai 5 ai 10 terremoti di magnitudo superiore a 6.0. Troppo spesso questi sismi più forti supera-

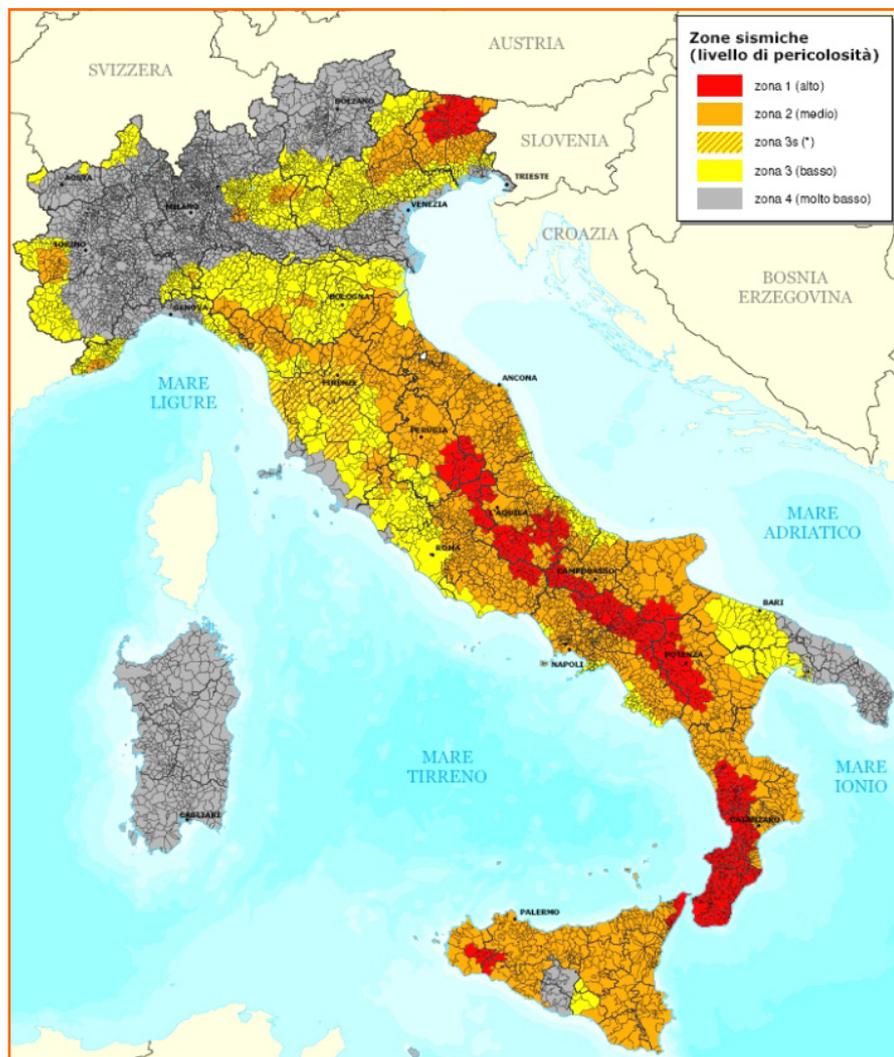


Figura 7 Classificazione sismica dei comuni italiani secondo 4 zone con livello di pericolosità decrescente da 1 a 4 [INGV, 2006].



no la soglia del danno, causando vittime e perdite economiche elevatissime (fig. 9): ciò è dovuto principalmente alla vulnerabilità (cfr. l'articolo "Pericolosità e rischio ambientale") che caratterizza una parte troppo cospicua del patrimonio edilizio italiano (fig. 10), e in parte anche alla mancanza di una capillare campagna di valutazione della risposta sismica locale (si veda più avanti), che comporta a volte una sottovalutazione degli scuotimenti sismici che possono avvenire.

### LA RISPOSTA SISMICA LOCALE

In generale gli effetti di un terremoto diminuiscono di intensità all'aumentare della distanza dall'epicentro (fig. 11), ma possono essere notevolmente diversi a seconda delle caratteristiche dell'area investita: cioè gli scuotimenti in una certa zona anche molto circoscritta possono essere maggiori in intensità e durata rispetto alle zone vicine. Ciò è dovuto al fatto che le caratteristiche delle onde sismiche subiscono delle modificazioni dipendenti da fattori morfologici e stratigrafici locali.

Le cause dell'amplificazione del moto sismico sono:

- l'intrappolamento e le molteplici riflessioni che le onde sismiche subiscono passando da un substrato più antico e più duro (in cui viaggiano più veloci) ai terreni alluvionali più soffici (in cui viaggiano più lentamente) (fig. 12);
- la concentrazione dei raggi sismici alla sommità di irregolarità topografiche (orli di scarpata, vette, ecc.), al bordo in una valle alluvionale piatta e al centro in una valle profonda;
- la risonanza determinata dalla prossimità delle frequenze del

Figura 8 Classificazione sismica dei comuni laziali aggiornata dalla Regione Lazio [ENEA, 2008; immagine dal sito del quotidiano "Il Messaggero"].

Data	Luogo	Magnitudo	Vittime
08 settembre 1905	Lamezia Terme, Calabria	7.2	557
28 dicembre 1908	Calabria e Sicilia	7.1	130.000
08 maggio 1914	Linera, Sicilia	7.2	70
13 gennaio 1915	Avezzano, Abruzzo	7.0	30.000
29 giugno 1919	Mugello, Toscana	6.2	Più di 100
07 settembre 1920	Garfagnana - Lunigiana, Toscana	6.5	300
23 luglio 1930	Irpinia	6.7	1.425
15 gennaio 1968	Belice, Sicilia occidentale	6.4	370
06 febbraio 1971	Tuscania, Lazio	4,5	31
06 maggio 1976	Friuli	6.1	989
23 novembre 1980	Irpinia	6,9	2.914
13 dicembre 1990	Sicilia sud-orientale	5.1	16
26 settembre 1997	Nocera Umbra - Gualdo Tadino, Umbria	5.6	11
31 ottobre 2002	San Giuliano di Puglia, Molise	5,4	28
06 aprile 2009	L'Aquila, Abruzzo	5,8	297

Figura 9 I terremoti in Italia che dall'inizio del secolo scorso hanno causato più vittime; non va dimenticato che oltre a questi vi sono stati tanti altri sismi che non hanno causato vittime ma solo feriti e ingenti danni economici [fonte: [www.quotidianonet.ilsole24ore.com](http://www.quotidianonet.ilsole24ore.com); <http://it.wikipedia.org>].



moto al substrato a quelle naturali del deposito superficiale.

A Roma per esempio le zone abitate sottoposte ad amplificazione del moto sismico, e quindi a scuotimenti più forti e prolungati, sono quelle costruite su depositi alluvionali recenti che occupano i fondo valle del F. Tevere e dei suoi affluenti. Un esempio lampante è il Colosseo (fig. 12), danneggiato nella parte che si trova sopra i depositi alluvionali del Fosso

Labicano (affluente del Tevere).

Valutare la risposta sismica locale significa capire come si comportano localmente le onde sismiche, e quindi definire nel dettaglio la pericolosità sismica, cioè le sollecitazioni cui sono sottoposti gli edifici a seconda della zona in cui si trovano per un determinato terremoto di riferimento (avente una certa intensità e un certo tempo di ritorno) (fig. 14).

\*Geologo

Figura 10 Un drammatico esempio della vulnerabilità di un edificio nei confronti di un evento sismico: nel 2002 la Scuola Elementare di S. Giuliano di Puglia è collassata uccidendo 27 bambini e un insegnante, mentre gli edifici circostanti hanno retto garantendo l'incolumità degli occupanti.

# Territorio

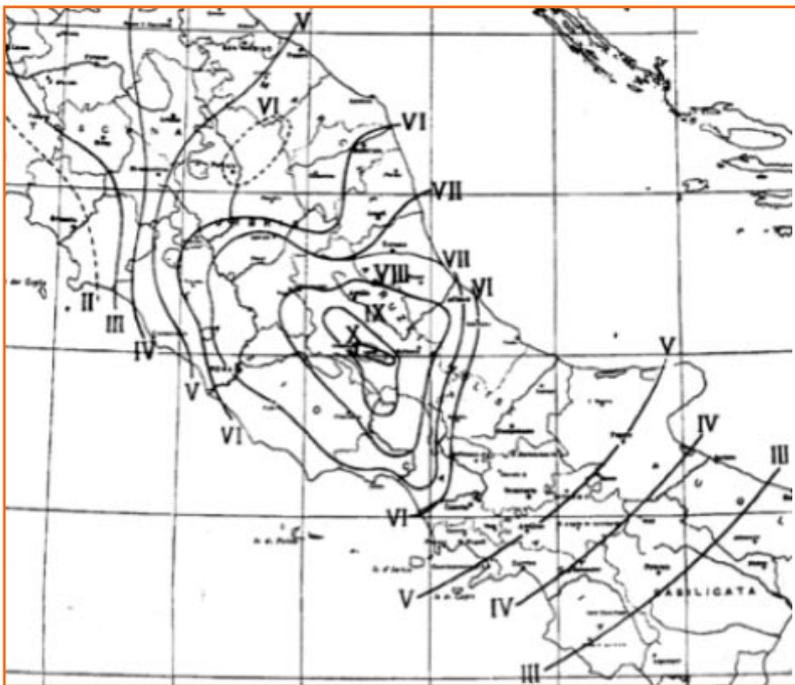


Figura 11 Carta delle isosisme (i diversi gradi di intensità secondo la Scala Mercalli) del terremoto del Fucino del 13 gennaio 1915 (da Martinelli, 1915): l'intensità diminuisce all'aumentare della distanza dall'epicentro, ma localmente si possono avere delle amplificazioni del moto sismico che comportano una maggiore intensità.

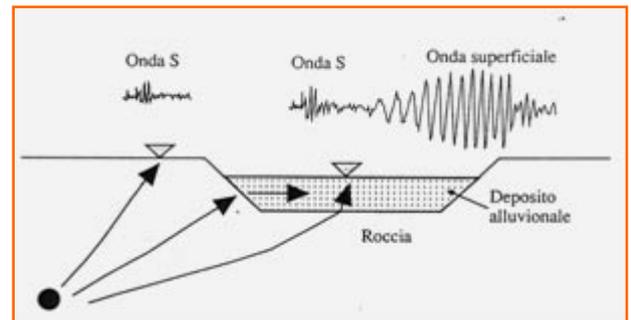


Figura 12 Amplificazione del moto sismico in un deposito alluvionale recente.



Figura 13 La parte più danneggiata del Colosseo ha le fondazioni sui depositi alluvionali del Fosso Labicano: ciò comporta maggiori sollecitazioni (a causa dell'amplificazione del moto sismico) rispetto alla parte che poggia su depositi più antichi e più duri.

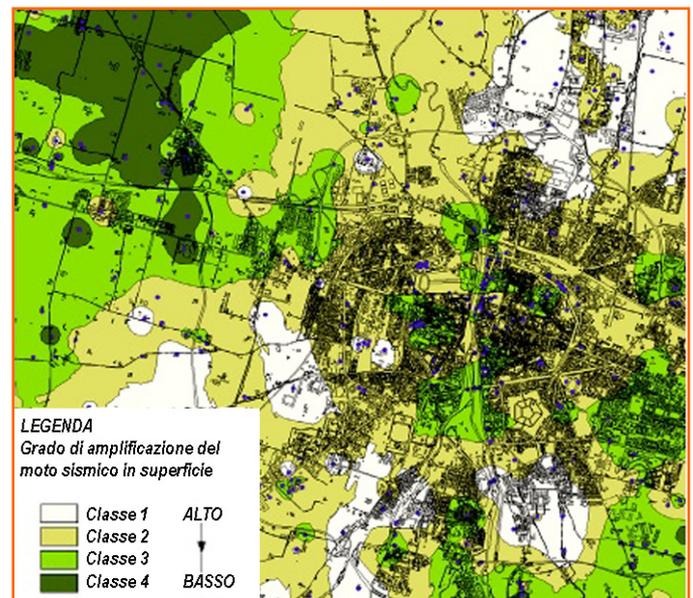


Figura 14 Carta di amplificazione del moto sismico nella città di Parma: in occasione di un sisma nelle zone bianche e avana si ha un maggiore scuotimento rispetto alle zone verdi, a causa delle differenti caratteristiche stratigrafiche che comportano la modificazione del moto sismico [http://www.protezionecivile.comune.parma.it].

## →📍 [www.haisentitoilterremoto.it](http://www.haisentitoilterremoto.it)

paura di rispondere ad una mail

di Istituto Nazionale di Geofisica e Vulcanologia

**W**ww.haisentitoilterremoto.it è l'indirizzo web del sito che costituisce il centro della nostra attività. Ci occupiamo di macrosismica, in altre parole lo studio degli effetti, sul territorio e le persone, di un terremoto. Anche se qui all'Istituto Nazionale di Geofisica e Vulcanologia abbiamo sofisticati strumenti sismici, ha ancora senso fare indagini dirette sugli effetti di un evento sismico. Un motivo è d'ordine storico: la sismologia strumentale è relativamente giovane; per recuperare dati di terremoti avvenuti nel passato, dobbiamo interpretare i documenti storici per ricavarne informazioni quanto più possibile scientifiche. Un altro motivo è più che mai attuale: i terremoti ci colgono di sorpresa, non sono prevedibili. Volendo registrare le accelerazioni potenzialmente distruttive indotte da un terremoto, non potendo sapere quando, dove e quanto forte sarà, dovremmo letteralmente tappezzare tutto il territorio di strumenti specifici. La rete sismometrica attuale, con i suoi oltre 250 strumenti distribuiti nel territorio nazionale, assolve perfettamente il compito di localizzare un sisma; ben altra cosa è lo studio sugli effetti locali, che necessita di una rete accelerometrica fittissima, quasi impossibile da realizzare e mantenere.

Le persone sono degli strumenti potenziali: la loro esperienza, se correttamente interpretata, può rivelarsi utilissima dal punto di vista scientifico. Possiamo così studiare come un territorio risponde alle tremende sollecitazioni di un sisma. Individuarne le capacità di attenuazione e le aree che possono amplificarne gli effetti. Questo è il nostro punto di vista, da ricercatori.

Più di dieci anni fa abbiamo intuito lo sviluppo che avrebbe avuto internet e abbiamo realizzato un sistema, per raccogliere informazioni degli effetti di un terremoto, con un semplice questionario on-line.

La cosa ci stimolava per le sue difficoltà e potenzialità: da una parte un metodo d'indagine per niente basato su sofisticati strumenti scientifici, affidato alla raccolta di effetti eterogenei e qualitativi tramite un questionario. Dall'altra le potenti possibilità di calcolo dei computer, la loro grafica, i metodi statistici sofisticati e soprattutto internet: questa rete che ci lega azzerando le distanze e quindi i tempi di percorrenza dell'informazione.

Tutto ciò è cresciuto fino all'esplosione di questo ultimo anno: ad oggi abbiamo ricevuto più di centomila questionari compilati e pubblicato centinaia di mappe macrosismiche. Abbiamo una massa di dati preziosi da analizzare e stiamo lavorando per pubblicarne i risultati.

Sempre dal nostro punto di vista.

Ne esiste un'altro, di cui non siamo molto esperti, ma non per questo meno importante. Appena riceviamo informazioni di un terremoto – e questo avviene immediatamente dopo la scossa – forniamo in tempo reale la mappa degli effetti. Chi compila il nostro questionario può presto rendersi conto della gravità dell'evento, della sua estensione, di quanti condividono direttamente la sua esperienza e dove.

Questo è apprezzato enormemente. Moltissimi si collegano, danno il loro contributo e soprattutto raccolgono informazioni. Il terremoto è un'evento che viene dalle profondità, imprevedibile e misterioso ai più.

C'è bisogno di sapere, di delimitarlo nella sua potenza distruttiva. Da raccoglitori di dati d'intensità, ci siamo trovati ad essere catalizzatori d'informazione.

Raccogliamo l'esperienza singola e la traduciamo in descrizione complessiva.

Abbiamo proposto la creazione di una rete di iscritti, che informiamo di ogni evento che avviene nel loro territorio. Un legame più stretto, non più occasionale e legato all'eccezionalità dell'evento. In pochi mesi abbiamo ricevuto più di 6500 iscrizioni. Temevamo di informarli di tutti i terremoti, anche i molti a magnitudo bassa. Li potevamo infastidire, forse impaurire e allontanare. Abbiamo invece visto una costante partecipazione. Rispondono sempre per registrare la loro esperienza che diventa contributo.

Forse il loro ruolo passivo di fronte alla distruzione del terremoto è riscattato da questa cooperazione. Non siamo esperti delle reazioni di fronte alle catastrofi o solo alla grande paura, nei casi più fortunati. Sentiamo tuttavia di fare qualcosa che supera il campo strettamente scientifico.

Alleghiamo, su questo argomento, il contenuto di un blog che ci ha impressionato per la capacità di rendere questo argomento.

## PAURA DI NON RISPONDERE AD UNA MAIL...

9 aprile 2009

Sono passati alcuni giorni dal terribile, drammatico terremoto che ha colpito l'Abruzzo. Non ne ho scritto prima per "pudore", conscio del fatto che tanti, tantissimi, l'avrebbero fatto... Non ho parole per esprimere quanto mi abbia colpito "dentro" tutto quello che è successo, una devastazione così grande, pagata con così tante vite umane.

Ho vissuto, in passato, diversi terremoti... alcuni di questi molto forti (ricordate il [terremoto di San Giuliano](#), no? Beh... è a 25 KM da dove vivo io). Ricordo benissimo (e mai potrò dimenticarlo, del resto) [le notti passate con la televisione accesa](#), pur di non dover sentire il rombo delle scosse di assestamento... uno dei rumori più brutti che mente umana possa immaginare. Capisco bene quello che stanno vivendo amici come [Maxime e famiglia](#)... e li abbraccio virtualmente, sperando di poterlo fare presto dal vivo.

... ma, in tutto questo, cosa c'entra la mail citata nel titolo? E' semplice: da alcuni giorni leggo [questo forum](#), e in quello che ormai è diventato un thread lunghissimo sul terremoto de L'Aquila, c'è [questo post](#) scritto poco prima della scossa devastante ma dopo settimane di scosse appartenenti allo stesso sciame sismico.

L'utente fraxx, per sdrammatizzare la tensione di quei momenti, [scrive](#):

"sempre se a fine sciame l'aquila esistera ancora... scherzo!"

Non poteva mai immaginare che da lì a poche ore, la sua battuta avrebbe assunto un significato incredibilmente reale... e drammatico... Dal momento della scossa, tutti i ragazzi de L'Aquila che popolavano il forum hanno smesso di rispondere e sono spariti... inghiottiti da un inferno di macerie.

Ad ogni scossa di terremoto che avviene dalle mie parti e che potrei aver sentito ricevo via mail la segnalazione per compilare il Questionario Macrosismico dell'[INGV](#), facendo parte dei corrispondenti fissi... Quella maledetta notte ho ricevuto due email, corrispondenti alle due scosse più forti... mentre ero sveglio, a seguire su FriendFeed prima ed in TV poi, quello che era successo.

Ho la sfortuna di vivere in una zona ad ALTO rischio sismico, e dove [l'intensità macrosismica osservata](#) è del massimo livello possibile (>10); proprio per questo, da tempo, segnalo ogni terremoto rilevato.

Ma... come i ragazzi de L'Aquila, spariti dal forum... la mia paura più grande è proprio di non poter rispondere, un giorno, alla mail che mi inviterà a compilare il questionario macrosismico per un terremoto rilevato in provincia di Foggia...

## →🕒 Il giorno 6 aprile 2009

**l'unica maniera per difendersi è costruire bene**

di Sonia Topazio\*

Il giorno 6 aprile 2009 alle ore 3.32 la rete sismica nazionale dell'Istituto Nazionale di Geofisica e Vulcanologia (INGV) ha registrato un terremoto di Magnitudo 5.8 (Magnitudo Richter) (6.2 Mw=magnitudo momento) nella zona dell'Aquilano. La profondità dell'ipocentro è stata quasi di nove km. La scossa è stata seguita da decine di repliche, la più forte delle quali è avvenuta alle 4:37 con magnitudo pari a 4.6. Tutte queste scosse sono avvenute a profondità crostali entro i dieci, dodici km, tipiche dei terremoti dell'Appennino. Subito dopo il manifestarsi dell'evento i ricercatori dell'INGV si sono mobilitati inviando

nell'area colpita le proprie strutture di emergenza quali la rete mobile e altre squadre di rilevatori.

A L'Aquila, dal 6 aprile ad oggi più di settemila eventi sono stati registrati e localizzati.

L'INGV è in grado di stabilire per ogni punto del territorio nazionale quale potrebbe essere la sollecitazione massima che subirebbe un edificio in quel punto.

Dopo il terremoto i ricercatori hanno osservato le deformazioni prodotte e di conseguenza hanno individuato le strutture tettoniche. Da questi studi è nata una mappa che verrà utilizzata per rivedere la classificazione sismica

dell'Aquilano.

L'INGV sta anche lavorando sulle previsioni a breve termine che permettono di identificare le aree dove più probabilmente avverranno gli "aftershocks" più forti e con che probabilità essi si manifesteranno. L'INGV fornisce ogni giorno stime di questo tipo alla Protezione Civile.

L'unica maniera per difendersi è costruire bene. Diversi edifici a L'Aquila erano costruiti in modo da non sostenere scosse sismiche di media e tantomeno di grande intensità.

\*Responsabile ufficio stampa INGV.

# Protezione Civile e Volontariato

## →📍 Il NOAR al Campo di San Vittorino

di Cristina Guglielmini\*

Solo qualche parola e qualche foto per introdurre un articolo fatto soprattutto di testimonianze dei nostri volontari:

Il NOAR ha partecipato in prima linea all'emergenza terremoto in Abruzzo intervenendo immediatamente con la propria unità cinofila insieme all'Ass. ne NCS ZEUS.

Il primo gruppo di volontari NOAR è partito con la prima colonna mobile della Protezione Civile del Comune di Roma a poche ore dalla tragedia con il compito di provvedere al montaggio delle tendopoli nelle aree colpite. Il lavoro si è svolto praticamente quasi senza sosta nel tentativo di dare un riparo a più persone possibile nel minor

tempo possibile.

Dal 6 aprile in poi per tre mesi i volontari del NOAR si sono succeduti costantemente con turni di 72 ore.

Obiettivi dei primi giorni : completamento della costruzione del campo e risoluzione di quelli che nella vita normale sarebbero stati piccoli problemi di tutti i giorni (per es. trovare i pannolini o gli omogeneizzati per i piccolissimi ) divenuti quasi insormontabili date le condizioni .

Una volta superate la prima e la seconda fase dell'emergenza l'impegno è stato rivolto anche a rendere il "soggiorno" più vivibile, costruendo vialetti di ghiaia, aiutando l'Associazione PSIC-AR nell'allestire la tenda (messa a disposizione dal NOAR) per far giocare i più piccoli o, semplicemente, portando un sorriso.

Dopo tre mesi i volontari del NOAR sono stati costretti ad interrompere i turni costanti a S.Vittorino perché impegnati nella campagna antincendio a Roma, ma un pezzo di cuore è rimasto sempre lì con i bambini e i nonnini del campo.

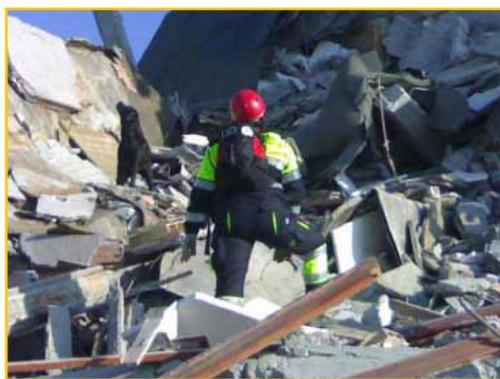


Foto 1. L'unità cinofila operativa dalle primissime ore dopo il sisma.



Foto 2. I primi volontari NOAR alle prese con il montaggio tende.



Foto 3.



Foto 4. Allestimento della Tenda del NOAR messa a disposizione del campo come centro di aggregazione dei bambini del campo di S. Vittorino.



Foto 5. Un sorriso fa bene al cuore, sette fanno bene all'anima.

## →◎ Martina e la sua esperienza da volontaria

pensieri e sentimenti a qualche ora dal terremoto

di Martina Stancato\*

È mattina presto e il suono del messaggio in arrivo attira la mia attenzione ... beh? Chi è a quest'ora? Ah, la mia amica, già sveglia?

*“C'è stato un terremoto all'Aquila sto partendo con i cinofili, magari più tardi senti se Simone ha bisogno di qualcosa, dormiva e non so se ha capito che stavo partendo. Mi raccomando stai attenta”* ... Accendo la televisione.

Inizia così... un normale lunedì, ti prepari per andare al lavoro con la testa altrove e la concentrazione che sfugge per la preoccupazione che qualcosa possa andare per il verso sbagliato. Penso a quello che eventualmente potrebbe servire.

*“Giuseppe, ascolta, c'è stato un terremoto, i primi volontari sono partiti, se chiamano parto anch'io”*.

*“Senti vado via dal lavoro, devo andare alla sala COC parte la colonna mobile, ti chiamo dopo non ho tempo, avvisi tu i clienti?”*

La sensazione più forte che mi porto dietro è legata alla corsa, ai ritmi convulsi che mi hanno accompagnata dall'inizio alla fine, alla frenesia trasmessa in ciascuna azione, alla necessità di non riflettere per essere davvero d'aiuto.

Massimo non fa in tempo ad arrivare e tardi e dobbiamo partire tutti insieme. La colonna mobile non può aspettare e non si può raggiungere. *“Lo aspetti tu, Marco? Partite con la seconda colonna? Io, Fede e Angelo andiamo ... quanto ci vuole?”*

Poco o tantissimo dipende dai punti di vista, a sufficienza per comprendere ap-

pieno la gravità della cosa, polizia che blocca tutti al nostro passaggio, moto e macchine che con le sirene ci fanno strada, strade chiuse per noi aperte. Saremo in grado di gestire quello che ci aspetta? Ho idea di quello che mi aspetta? Ripasso mentalmente tutto: guanti, elmetto, zaino, luce, coltellino, garze... *“Ciao, sono io, scusa se ti chiamo, ma ho saputo che sei partita, mia cugina è sotto le macerie della casa degli studenti ti prego, ti prego, se sai ci fai sapere qualcosa?”* concentrati ... fasciature, bendaggi ...

Sta piovendo, meno male penso, se rimane così la polvere si posa e riusciamo a vedere meglio, a cercare meglio. Siamo arrivati alla caserma della Guardia di Finanza, tutti i mezzi entrano, la pioggia è intensissima, si presentano i coordinatori del Comune di Roma. Che c'è lì in fondo? Le salme esposte... *Oddio se proprio devo andare vado, ma per curiosità davvero no.* E arriva la grandine ... *Così no, così è troppo, poveretti.*

Siamo assegnati al campo di Rugby Sant'Andrea. Attraversiamo L'Aquila. Intorno a noi c'è solo aria di distruzione.

Gente in strada in pigiama, sporchi, spettinati con le poche cose per le mani, cerotti, bende, graffi e tagli, strade congestionate, forse a piedi si fa prima. Certo sapendo dove andare. Ma dov'è il campo Sant'Andrea? Ci fermiamo al campo sbagliato e arriva la prima scossa. Come sempre mi rimangono impresse delle scene apparentemente senza significato. Una signora rintanata in una panda verde, che non avevo visto, mi urla: *un'altra, un'altra!! Hai sentito? - Si ho sentito, stia tranquilla signora si sistemerà tutto.* Ma io ci credo?

Il campo di rugby è pieno di fango, non

piove più però e si iniziano a montare le tende. Sono piene di gancetti e non sono quelle che conosco, e i volontari sono lenti, 11 in 6 ore per 80 persone e che ci facciamo? Mi dirottano all'entrata.

C'è una fumana di persone, emergono dal nulla e chiedono se possono entrare; *mi spiace il campo non è ancora pronto.* C'è un signore con la barba bianca che sta assegnando le tende, ma presto finiscono e lui va via.

*“Senta mi può aiutare? Non trovo mio fratello Gianluca, l'ultima volta che l'ho visto stava estraendo la moglie morta dalle macerie, mi aiuti, devo sapere dove sta, magari in un altro campo...”* *“Stia qui ora chiedo”*, e prendo tempo, ma a chi chiedo? Faccio parte dell'organizzazione dovrei saperlo io dove può cercare, manca un collegamento radio fra campi ... forse in questura? Ma dove lo mando, non posso rimandarlo in giro, ho visto che non si cammina e alcuni di noi sono sparsi per le strade ad impedire alle persone di entrare nelle case pericolanti, a fermare il cammino per semplificare le ricerche dei cinofili che stanno lavorando. Chissà la mia amica.

*“Si sieda qui, fra poco facciamo il censimento delle persone nei campi, è inutile girare per il momento”* ... le voci e le richieste ti travolgono ... *“C'è una signora che si sente male!”* ... e ancora... *“Dalla parte di sopra è pieno di gente e voi non siete nemmeno passati a vedere”* ... e ancora ... *“Almeno ci potete dare una coperta?”* *“Mio figlio ha otto mesi è dalle 3 di ieri che non mangia”*... *“Avete delle medicine?”*

Le scosse continuano, ad un certo punto mi sembra si stia rannuvolando e ci mette qualche secondo a capire che invece è

# Protezione Civile e Volontariato

la polvere che si è alzata dagli spalti che ci viene addosso, un'altra scossa. È forte. Penso di mandare un messaggio ai miei finché ho batteria con un po' di carica per dire che è tutto a posto poi spengo. Alcuni si sdraiano a dormire in terra.

Alle 4,30 di notte ci spostano di campo, arriviamo in un prato a San Vittorino, dovremmo montare la tenda per noi. Ritrovo Marco e Massimo, troviamo ospitalità in tende di altri volontari. Alle 6 siamo di nuovo pronti. Le tende non ci sono ancora. Siamo sprovvisti di tutto.

Sono addetta a fare il censimento delle persone senza casa che arrivano a San Vittorino. Sono tantissime, ognuno ha una storia da raccontare, un caso personale, ordinate nel disordine aspettano pazientemente di potersi rivolgere a me e sono consapevole che l'unico mio modo di aiutarli è essere efficiente, non farmi trascinare dall'emozione riuscire a dare loro la certezza di avere una sistemazione quanto prima e di essere seguiti al meglio:

*“Mi dica quante persone siete, se ci sono patologie in famiglia delle quali dobbiamo essere a conoscenza, adulti, bambini di quanti anni? Di quanti mesi?”*

*“Lo sai che la mia casa si è distrutta?” mi dice una piccolina con la faccia graffiata, mentre scrivo su dei fogli (perché non li ho messi nello zaino?) accanto alla mamma che piange ... Stai qui con me. (La devo portare dalle psicologhe con gli altri bambini così si distrae... meno male che c'è Maria Teresa.)*

*Posso chiederle di metterci tutti insieme? Possiamo avere delle coperte?*

Il mio proposito di inserire un nucleo per tenda fallisce, unisco le famiglie e ancora non basta. Devo chiudere il censimento. Vado a montare. Tanti mi riconoscono: *“Signorina si ricorda abbiamo parlato con lei per la tenda” “Sì, appena*

*disponibile la chiamo, non prima di due ore però”.*

Una stretta al cuore nel dire loro che di posti per ospitarli sono finiti almeno per il momento.

Dai ragazzi andiamo avanti, montiamo, sbrighiamoci.

*“Signora aspetti con la sua famiglia qui fuori è buio e siamo più lenti con la paletatura, la prossima tenda è la sua.”*

Battiamo i denti per il freddo, un angelo dei cinofili ci porta delle coperte. *(Invio un sms: Portatevi un cambio coperte, salviette umidificate, da mangiare ... omogeneizzati, pannolini... - è lunghissimo altro che zaino.)*

*Massimo hai sentito il dottore? Ha detto che ti devi riposare, c'è il sole e ti dà alla testa, un soccorritore che sta male non aiuta. Fermati un po'.*

*Marco non ce la faccio più con le tende, apro le brande intanto e prendo fiato.*

Ci sono da scaricare le coperte e l'acqua meno male che gli uomini sono forti, Angelo, Fede come Massimo e Marco non si fermano mai.

Ci sono dei signori che non lasciano la casa per paura dei ladri, un signore dorme in macchina con il defibrillatore accanto, vado a vedere se possiamo mettere delle tende sotto le case.

*Mario non piangere ora ti faccio vedere a che servono questi vetrini da mettere nelle tende, mi aiuti? Lo sai che io ho 4 fratelli?*

Ci sono delle persone speciali e con una dignità, una delicatezza e un rispetto per gli altri, impensato anche nei momenti più duri. Ne ho incontrate tante in questo terremoto.

*“Signorina lei ha una faccia distrutta!*

*Mi dice il signor Tomei” Non trovate ironico che me lo dica un terremotato? mi viene da sorridere. Guardo davvero i miei compagni e siamo tutti stanchi, provati.*

Comincio a non farcela più, mi rendo conto che il mio contributo inizia ad essere scarso. Non riesco a sollevare le cose, a sentire altri racconti senza commuovermi. Mi rendo conto che ho raggiunto il limite, quando mi chiedono di accompagnare una vecchina dentro la sua casa all'Aquila chiedo a qualcuno di farlo al posto mio. Anche per me è tempo di tornare. Quanti giorni sono passati? Ho perso il conto. Aspetto il cambio, so i nomi di tutti al campo, li ricordo ancora dopo mesi dal terremoto. Non riesco a parlare quanto vedo la mia amica, Andrea e Cristina che mi vengono dare il cambio a noi tre rimasti. Sogno una doccia, la mia casa, la ripresa della normalità.

Abbiamo fatto tutto quello che potevamo, ma per le persone che sono nel campo siamo ancora all'inizio.

*\*Socio operativo NOAR (Nucleo Operativo Alfredo Rampi).*

## →🕒 Emozioni e sensazioni di una volontaria del NOAR

racconto delle varie fasi dell' intervento nell'emergenza

di Serena Maurizi\*

È il 5 aprile. Domenica. È finalmente sera. Una passeggiata con il cane e finalmente a letto. Tutto normale. Mi addormento. Poi alle 3.30 qualcosa mi sveglia. Ninnoli che sbattono tra di loro, cose che cadono, il letto che dondola in maniera evidente, il cane che mi sta accanto mugolando, il gatto sul letto. Non capisco cosa succede. Non capisco. 30 lunghissimi secondi di assoluta incertezza. Poi improvvisamente tutto si chiarisce. Il terremoto. Mio figlio sta bene. Casa è a posto. Realizzo che sta succedendo quello per cui mi sto allenando da 8 anni. Respiro profondo. Mentalmente mi preparo a partire per i soccorsi. Ripasso a memoria tutta l'attrezzatura che mi potrebbe servire e che è già tutta pronta. Accendo il cellulare. Intanto apro la porta di casa, sento le persone gridare. Cerco di calmare gli animi. Passa mezzora e arriva il primo SMS di pre-allerta. Ci penso un attimo prima di rispondere, mi interrogo se sono pronta, no non sono pronta per niente non si è mai pronti a questo, ma sono allenata. Almeno penso di esserlo... E rispondo ci sono. Appuntamento al campo. L'atmosfera è irreale. Siamo tutti consapevoli che questa non è la solita esercitazione e anche un po' spaventati. Partiamo. Ripasso delle cose da fare e dei comportamenti da tenere. Silenzio nel furgone. L'autostrada vuota. Ci siamo solo noi. La paura si percepisce forte quando passiamo sopra ai dislivelli dei viadotti. Siamo pronti, ci siamo allenati mille volte. Si ride anche, ma nervosamente e si cerca di far scendere la tensione. Arriviamo. Paesaggio spettrale. Palazzi caduti, gente in strada, caos rumore, persone che si aggirano con lo sguardo spento, perso nel vuoto. Respiro profondo. Si comincia. Cerco di pensare solo a fare il mio lavoro. Trovare le persone. Nulla di più.

Non devo tirarle fuori, quello è compito di altri, io devo trovarle. Primo intervento. Vado io. Sono la più anziana. Sento dietro di me la squadra che mi guarda. Non sono sola. Io sono avanti i miei colleghi mi guardano le spalle pronti ad avvertirmi in caso di pericolo. Il cane viene inviato sulla maceria. Per lei questo è una specie di enorme Luna Park. Il suo divertimento è al massimo. Cresce ancora di più solo quando arriva un'altra scossa di terremoto. Per lei è un gioco. Per me un po' meno. Ma inizia ad abbaiare. Ha trovato qualcuno. Abbaia, scodinzola, abbaia e con gli occhi mi chiede di andare a controllare. Vado vicino a lei, la premio, veniamo via. Ora deve andare un altro cane per confermare il posto. Riferiamo ai Vigili del Fuoco il posto preciso dove scavare. E il nostro compito qui è finito. Andiamo in un altro posto. Altre ricerche, altre emozioni, altri dubbi, scruto il cane che conosco così bene e adesso mi rendo conto che non sarebbe possibile fare questo senza la profonda conoscenza reciproca. Nessuna emozione. Solo lavoro da portare a termine. Non puoi farti coinvolgere. Per te questo è un lavoro da portare a termine. Al padre che ti stringe forte il braccio sinistro, ti guarda negli occhi e ti dice "la prego mi porti fuori mia moglie e mia figlia" non puoi rispondere altro che "Faremo del nostro meglio". Basta. Per te ora è un lavoro da portare a termine. Insieme alla tua squadra, ognuno guarda le spalle di qualcun altro, l'unico compito che hai è di fare del tuo meglio e di non pensare che avresti potuto fare di più... Così non sopravvivi e non porti avanti il tuo lavoro fino alla fine. Rumore, urla, pianti, richieste di Vigili del Fuoco di mandare un cane a controllare. Vado, mi guardano le spalle, va un altro cane, io controllo. Qualcuno grida "fermi tutti, silenzio" e tutto si ferma. Solo

i cani continuano a camminare sulle macerie in cerca di odori. La tensione si taglia con il coltello. L'aspettativa arriva alle stelle. Non ci pensare. Non ci pensare. Fai il tuo lavoro. Non pensare che in questo momento centinaia di occhi ti guardano, aspettano un tuo cenno, un tuo gesto che alimenterebbe in maniera esponenziale la speranza di trovare qualcuno, e se disattesa la delusione sarebbe enorme, non li guardare. Fai il tuo lavoro. Il cane si aggira in un punto, un vigile del fuoco ti guarda e riprende a muoversi a scavare, e tutto ricomincia. Il rumore assordante quasi ti tranquillizza. Meno male, un po' di occhi non guardano più noi. Guardi il cane, guardi i tuoi colleghi ti guardi intorno, eviti di guardare le persone che potrebbero avere parenti o amici sotto quelle macerie. I cani abbaiano, gli occhi scrutano.

E continui continui continui. Cambi posti, controlli, entri nelle case delle persone e controlli, vai al centro dell'Aquila una palazzina caduta una ragazza ancora sotto. Mandi i cani. Ancora. Controlla i colleghi. Sorreggi i colleghi con le lacrime agli occhi. Nessuno si deve mai sentire solo. Vai ad Onna. Non c'è più nessuno. Il silenzio è assordante. Controlli. Non c'è più nessuno. E devi pensare a quanto hai fatto mai a quanto avresti potuto fare se... il pensiero giusto è che hai fatto tutto quanto era nelle tue possibilità.

E poi si torna all'Aquila, alla prima tendopoli creata. La prima cosa che mi colpisce profondamente come un pugno in pieno stomaco è l'assoluta compostezza e educazione con cui gli abruzzesi affrontano la tragedia. Molti di loro hanno perso il futuro, altri anche il passato e sono lì in dignitosa attesa di poter sopravvivere, mangiare, bere, dormire. E lì scopro che è molto molto più semplice gestire le emozioni forti, il pianto a

# Protezione Civile e Volontariato

dirotto magari anche la maleducazione, piuttosto che la dignità composta di chi in quel momento pur avendo perso tanto, magari tutto, è nell'attesa di avere la possibilità di tornare a vivere. E mi rimane impressa la richiesta di una signora giovane, mi guarda, si avvicina e mi chiede "sa dove posso trovare un pannolino per cambiare il mio bambino?"... un pannolino! No, non lo so. Provi alla tenda della Croce Rossa.

Riprendiamo il nostro lavoro, ormai a 12 ore dal sisma le possibilità di trovare qualcuno vivo sono poche. Ma controlliamo lo stesso gli altri Paesi. E poi si torna a casa...

Arrivano SMS di amici, parenti, di chi sa dove sei. Messaggi di ringraziamento, o di sostegno per i volontari. E l'unico mio pensiero è che non siamo noi a dover essere sostenuti. C'è una mamma che non ha un pannolino per cambiare il suo bambino.

Il giorno dopo mi preparo per la seconda parte dell'emergenza. Amici e conoscenti iniziano a chiederti cosa serve. Tutti vogliono partecipare in qualche modo. Serve tutto. Coperte, alimenti in scatola, alimenti per bambini e... pannolini. Organizzi la raccolta delle donazioni, organizzi non senza problemi il viaggio per tornare in Abruzzo. Chiedi ai colleghi che sono lì ai quali andremo a dare il cambio cosa è necessario portarsi. E manca ancora tutto. Manca anche l'acqua per lavarsi. E il cibo non è tantissimo e prima dei volontari ci sono i terremotati. E ricordi l'importanza di cose che in condizioni normali non degni neanche di un pensiero. Non si pensa mai quanto è importante avere con se della comunissima carta igienica. Perché i denti in qualche modo li pulisci con un chewing gum... E due giorni dopo parto di nuovo. Destinazione S. Vittorino. 72 ore di servizio a 72 ore da sisma. Tutto un altro scenario. Tende da montare, campi da allestire, magazzini da ordinare, lista delle cose necessarie alla normale sopravvivenza. Fatica fisica, tanta. Apparente disorganizzazione.

Ora le priorità sono completamente altre. Fai tutto quello che occorre. Tagli pomodori, monti tende, cataloghi la pasta, smisti le donazioni arrivate, servi i pasti, spostati per l'ennesima volta le cose da un magazzino all'altro. Qualcuno si occupa di tenere alimentato un fuoco. Meno male, il fuoco fa sempre calore umano. La voglia di darsi da fare è tantissima. E i momenti di attesa si gestiscono veramente male. Sembra tempo sprecato. Il pensiero che ci sono persone che non hanno ancora un posto dove dormire e te stai lì ad aspettare le tende da montare... e pur sapendo che occorre tempo anche per far arrivare le tende, ci stai male lo stesso. Ci sono le cose essenziali nel campo, ma ancora c'è tanto da fare. Ma lì ci sei per dare una mano a riprendere a vivere... per chi è rimasto e per chi lo vuole. E anche se senti che si potrebbe fare molto ma molto di più, sei comunque consapevole che stai dando e facendo il massimo che potevi dare e fare. E siamo volontari. Il nostro compito è questo. E lo stiamo portando avanti bene. E piano piano pensi che se la mamma del primo giorno ora ha almeno i pannolini per cambiare il suo bambino un po' è anche merito tuo.

Passano le 72 ore. Si torna a casa. Parlo altri colleghi. Dopo alcuni giorni torno a San Vittorino. Scenario ancora diverso. Ora, se non fosse che gli occupanti dovranno stare lì per mesi, il campo sembra un ridente campeggio ben organizzato di qualche club vacanze. I bagni sono aumentati, la cucina è stata trasferita ed ora è molto più grande e funzionale, tra una tenda e l'altra sono state messe le passerelle. Compaiono le lavatrici e le tavole da stiro. Le richieste si dirottano verso stendini, mollette, saponi per lavatrici e lamette da barba. Lentamente la vita riprende. Qualcuno ha portato un televisore, una play station, un Karaoke. Certo il campo è molto più accogliente. Ma appena arrivo si sente subito l'energia e gli umori completamente diversi rispetto ai primi giorni. Prima la priorità assoluta era sopravvi-

vere. Ma una volta esaudito il bisogno primario i secondari passano in primo piano. E la totale inattività dei nativi fa salire al massimo la tensione. Gli abruzzesi sono un popolo fiero. Non possono stare lì a guardare noi che gli mettiamo su le tende e loro non possono fare niente. Gli abruzzesi sono persone che si danno da fare. E gli uomini non stanno con le mani in mano. Gli abruzzesi sono persone alle quali, davanti ad un bar aperto, abbiamo chiesto se potevamo avere un caffè e sono entrati loro nel bar pericolante per portarci fuori i caffè e alle nostre proteste di evitare di entrare nel bar, ci hanno risposto che facevamo talmente tanto per loro che preparare un caffè in un bar dichiarato inagibile era il minimo che potevano fare... non sono persone che stanno alla finestra a guardare. E questa inattività genera tensioni. E da semplice volontario è facile pensare che basterebbe dare a qualcuno dei nativi la responsabilità della gestione del campo, distribuire un po' i compiti per fare sentire partecipi alla ricostruzione e utili per se stessi e per il prossimo anche gli abruzzesi. Ma probabilmente non è così semplice. La certezza di essere sopravvissuti, ora lascia spazio ad uno sguardo che fa male, lo sguardo negli occhi degli uomini e delle donne che da giorni ormai vivono nelle tende, grida tutta la voglia di rinascere e di partecipare attivamente alla ripresa della vita. E ti rendi conto che non puoi farci niente. Puoi solo prenderne atto, dispensare sorrisi e provvedere alle necessità pratiche. Quelle che puoi soddisfare. Ripercorrendo molto a grandi linee le varie fasi ci si rende conto di come sono diversi gli stati d'animo, le energie e le priorità nei vari momenti passati accanto a chi veramente la tragedia l'ha vissuta sulla propria pelle. A me ha lasciato un bagaglio in più, a loro qualcosa in meno, una casa, un parente, un lavoro o quant'altro.

\*Volontaria NOAR (Nucleo Operativo Alfredo Rampi).

# Protezione Civile e Volontariato

## →🕒 Scheda 3: Informazioni utili per gli operatori che sono intervenuti in emergenza

di Rita Di Iorio

### DISTURBI POST TRAUMATICI DA STRESS (DPTS)

Avere degli effetti psicologici disturbanti dopo essere intervenuti in una situazione traumatica può considerarsi quasi inevitabile e quindi da considerarsi come risposta normale.

I Disturbi post traumatici da stress invece, costituiscono delle reazioni più serie e più strutturate dell'ansia e dell'agitazione.

- Presentano sintomi che perdurano per più di un mese dopo l'evento traumatico o possono insorgere dopo un mese e anche più.
- Spesso richiedono un supporto psicologico specializzato.
- Sono disturbi che provocano sofferenza e impediscono il normale funzionamento nell'area lavorativa, sociale o in altre aree rilevanti.

### SINTOMATOLOGIA

- Ricordi ricorrenti e intrusivi dell'evento (immagini, percezioni, pensieri).
- Incubi sull'evento.
- Agire e sentire come se l'evento si stesse riverificando (rivivere l'esperienza, allucinazioni, flashback).
- Intensa sofferenza psichica se esposti a qualcosa che ricorda o simbolizza qualcosa dell'evento.
- Reattività fisiologica se esposti a qualcosa che ricorda o simbolizza qualcosa dell'evento.

oppure

- Attivo evitamento di pensieri, sentimenti o conversazione sull'evento.
- Attivo evitamento di luoghi o persone che ricordano il trauma.
- Incapacità di ricordare un aspetto importante del trauma.
- Calo evidente dell'interesse e partecipazione ad attività significative.
- Sentimento di distacco o straniamento dagli altri.
- Anestesia emotiva (es. non prova più amore, tenerezza, desiderio sessuale).
- Senso di riduzione del futuro (carriera, matrimonio, figli).

Sintomi persistenti di iperattivazione (non presenti prima del trauma):

- Difficoltà di addormentarsi e di dormire senza interruzione.
- Irritabilità o scoppi di ira.
- Difficoltà di concentrazione.
- Ipervigilanza.

Sintomi di origine psicosomatica: gastriti, coliti, difficoltà digestive, palpitazioni, cefalee, altro.

### COSA FARE

- Continuare a lavorare, mantenendo la routine giornaliera.
- Cercare di riposarsi il più possibile e mangiare bene.
- Non cercare di fare troppo.
- Non prendere la rabbia o la frustrazione come un fatto personale.
- Attenzione alla vittimizzazione secondaria e l'identificazione con la vittima.
- Lavorare in gruppo.
- Parlare.
- Avere punti di riferimento e sostegno emotivo.

### SE RITENUTO OPPORTUNO

- Visita medica.
- Colloquio psicologico.
- Terapia psicologica con o senza terapia farmacologica.
- Tecniche brevi (problem solving, tecniche di rilassamento, psicoterapia breve psicodinamica).
- Farmaci in casi di accertata necessità.

### IN CASO DI ALLARME

I segnali di allarme non sono segnali di debolezza, al contrario, saper chiedere aiuto a persone competenti è un segno di forza, di coraggio e di rispetto per la propria salute.

Per qualsiasi ulteriore informazione e necessità il punto di riferimento è costituito dalla Associazione PSIC-AR presso il Centro Alfredo Rampi tel. 0677208197

## →📍 Formarsi alla Gestione delle Emergenze Ambientali e Civili

Psicologi, Operatori della Sicurezza e di Protezione Civile in aula  
di Gabriella Mosca\*

Partirà a dicembre 2009 la II edizione del Corso in Psicologia dell'Emergenza "Prevenzione e Gestione delle Emergenze Ambientali e Civili" organizzato da PSIC-AR (Psicologi delle Emergenze Alfredo Rampi) in collaborazione con il Centro Alfredo Rampi e con l'ISPESL (Istituto Superiore per la Sicurezza e Prevenzione sui Luoghi di Lavoro).

Le calamità che hanno colpito il nostro paese negli ultimi anni hanno determinato una presa di consapevolezza generalizzata, da parte delle agenzie operanti in tali settori, dell'importanza dell'apporto psicologico negli interventi a sostegno delle comunità colpite da catastrofi naturali. Sempre di più si è resa necessaria la figura di un professionista adeguatamente formato alla gestione delle emergenze da un punto di vista psicologico, in grado di gestire le reazioni psicologiche degli individui e della comunità colpita.

La nostra idea di fondo, però, è quella di non relegare l'intervento dello psicologo dell'emergenza solo nella fase di soccorso, ricordando che l'emergenza consta di quattro fasi: previsione, prevenzione, soccorso, ricostruzione.

L'obiettivo fondamentale del Corso è quello di formare professionisti in pos-

sesso di competenze variegata inerenti l'area della sicurezza nei luoghi di vita e di lavoro, intervenendo in tutte e quattro le fasi dell'emergenza.

Competenze multiple verranno acquisite alla fine del Corso e renderanno il professionista in grado di:

- gestire la fase del soccorso;
- operare nella prevenzione del rischio ambientale e civile, occupandosi della preparazione dei cittadini ad affrontare le emergenze;
- fare ricerca: sulle migliori modalità di comunicazione dei rischi alla popolazione, sulla percezione del rischio, sulle conseguenze psicologiche di una catastrofe (PTDS);
- occuparsi delle vittime e della loro cura nel post-emergenza aiutando la comunità a dare significato all'evento, senza rimuoverlo, permettendo la ricostruzione.

Il Corso prevede **90 ore di teoria in aula e 50 ore di esercitazioni e stages**, presenterà una metodologia formativa psicodinamica, formulata e ampiamente sperimentata in diversi decenni di attività del "Centro Alfredo Rampi Onlus".

Le **Esercitazioni** saranno svolte in collaborazione con il Nucleo Operativo Alfredo Rampi, con l'ausilio di altre associazioni di volontariato, presso "Case Rosse" a Roma.

L'anno scorso per i partecipanti alla I edizione del Corso, è stato costruito uno scenario di emergenza che ha riprodotto, in modo assolutamente realistico, il crollo di una palazzina.

Il processo formativo del nostro Corso è pensato come una risorsa per il rinforzo delle capacità di prevenire e



Foto 1. Esercitazione Case Rosse 2008: volontari di PSIC-AR, del NOAR e allieva del Corso.

rispondere alle situazioni di crisi. L'esercitazione deve essere in grado di ricreare situazioni diverse di stress operativo. Successivamente alla simulazione viene effettuato un de-briefing, in cui si rielabora quanto accaduto esaminando fatti, pensieri, emozioni, con l'obiettivo di fornire un feed-back ai soccorritori impegnati, in modo da trasformare la simulazione stessa in una esperienza di apprendimento, (vedi "La palestra dei soccorritori in emergenza: importanza delle esercitazioni in campo" CIP dicembre 2007).

Inoltre, sotto la supervisione dei docenti del Corso, i corsisti hanno svolto il loro **stage** in Abruzzo per il soccorso psicologico alla popolazione colpita dal sisma; sono stati impegnati in un progetto del Comune di Roma di emergenza caldo, per il supporto psicologico agli anziani in difficoltà per l'ondata di calore estivo a Roma.

Riteniamo sia fondamentale che un percorso formativo preveda al suo interno le simulazioni attraverso cui si cerca di ricreare una realtà per poter disporre di laboratori sperimentali, che aiutino chi si sta formando a diventare soccorritore, a mettere in pratica le teorie. È fondamentale per un soccorritore for-



Foto 2. I corsisti durante lo stage in Abruzzo.

marsi sia sul piano teorico, sia favorire la sperimentazione dei comportamenti più idonei ad affrontare e superare ogni possibile emergenza.

I partecipanti alla fine del corso acquisiranno un metodo integrato per gli interventi nella fase di prevenzione e trattamento delle vittime delle emergenze ambientali e civili.

Il “*Modello Psicodinamico Multipl*o” (Biondo-Di Iorio, 2009) ha una impostazione di tipo psicosociale che permette non solo di affrontare le tematiche legate al trauma delle vittime e i sentimenti negativi associati, ma permette anche di fare ricerca in questo campo.

Il Corso affronta come **temi principali** i fondamenti della Psicologia ambientale e dell’Emergenza:

- Informazione-Formazione alla popolazione.
- Disastri ambientali.
- Primo soccorso.
- Rischi negli ambienti di lavoro.

- Le competenze ed il profilo professionale dell’esperto nella gestione psicologica di situazioni di crisi.
- Le risposte psicologiche e psicopatologiche, individuali e collettive, ad eventi critici e maxi-emergenziali.
- I fattori di protezione e di rischio, predisponenti ed aggravanti.
- Le principali tecniche di intervento in emergenza.
- I modelli di pianificazione/progettazione dell’intervento.
- Le tecniche di valutazione del danno psicologico post-traumatico.

Il corso formerà dei professionisti in grado di operare nell’ambito della Protezione Civile e Difesa Civile, nell’ambito del Sistema Sanitario, di quello Scolastico, della Croce Rossa e dei Vigili del Fuoco, nell’ambito della Sicurezza sul Lavoro, delle Agenzie Umanitarie e



Foto 3. La sede di via Urbana a Roma.

delle Organizzazioni Non Governative e di Volontariato.

\*Responsabile Organizzazione Corso, Psicologa di PSIC-AR (Psicologi dell’emergenza Alfredo Rampi).

Il Corso ha ricevuto il **Patrocinio** oltre che dell’**ISPESL** con la cui collaborazione è organizzato, anche del **Dipartimento Nazionale della Protezione Civile**, della **Provincia di Roma**, del **Dipartimento di Studi Filologici, Linguistici e Letterari** dell’Università degli Studi di Roma “**La Sapienza**”, dell’Università degli Studi di Roma “**Tor Vergata**”, del **Dipartimento dei Vigili del Fuoco**. Sono stati richiesti e ottenuti **50 crediti E.C.M.**

Il Corso è rivolto a laureati in Psicologia e Medicina, agli operatori della prevenzione e pianificazione - del soccorso - della Protezione Civile e Sicurezza, agli operatori sanitari.

Ci saranno percorsi specifici per le diverse professionalità.

I docenti saranno psicologi dell’emergenza, disaster manager, tecnici della Protezione Civile e della sicurezza, professori universitari, operatori di Protezione Civile.

#### Comitato scientifico:

Dott.ssa Fattorini - ISPESL

Dottor Sciarra - PP1 Università Tor Vergata

Prof.ssa Piemontese - Università La Sapienza

Dottor Biondo - Centro Alfredo Rampi

Dott.ssa Di Iorio - PSIC-AR

**Modalità di iscrizione:** le iscrizioni avverranno dopo un’attenta disamina dei curricula ed un colloquio.

Per ulteriori informazioni rivolgersi a: Dr.ssa Gabriella Mosca - gabriellamosca@libero.it - cell. 392/5219580

## →🕒 CONSIGLI BIBLIOGRAFICI

### →🕒 SOPRAVVIVERE ALLE EMERGENZE

Gestire i sentimenti negativi legati alle catastrofi ambientali e civili

Edizioni Magi

di **Rita Di Iorio** e **Daniele Biondo**

Il libro offre una visione globale della psicologia dell'emergenza e approfondisce il rapporto fra l'uomo e l'ambiente, le tecniche di preparazione ai rischi ambientali della popolazione e le metodologie di formazione degli operatori della protezione civile alla gestione emotiva dei sentimenti legati alle catastrofi. Gli Autori presentano una metodologia formativa, ampiamente sperimentata in diversi decenni di attività all'interno delle attività del "Centro Alfredo Rampi onlus", che hanno definito "modello psicodinamico multiplo per le emergenze". Tale modello utilizza: gli studi psicoanalitici per affrontare le tematiche legate al trauma delle vittime ed i sentimenti negativi associati; l'orientamento psicodinamico per fare ricerca nel campo della percezione del rischio; gli studi psicosociali per esplorare la dimensione pubblica della mente al fine di rendere gli individui consapevoli della dimensione sociale del rischio. Inoltre, integra l'orientamento psicodinamico con quello pedagogico per la realizzazione degli interventi educativi e formativi.



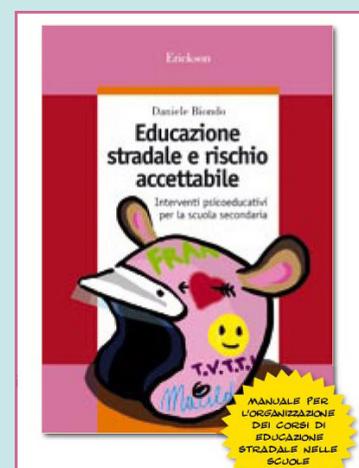
### →🕒 FARE GRUPPO CON GLI ADOLESCENTI

di **Daniele Biondo**



### →🕒 EDUCAZIONE STRADALE E RISCHIO ACCETTABILE

di **Daniele Biondo**



I libri possono essere richiesti anche presso la sede dell'Associazione con sconto del 15% sul prezzo di copertina.

**Centro Alfredo Rampi Onlus**  
Via Altino 16 - 00183 Roma