



ASSOCIAZIONE A.S.P.I.C.

**SCUOLA SUPERIORE EUROPEA DI
COUNSELING
ANNO 2011-2013**

TITOLO DELLA TESI

**Counseling di Comunità
nel “*qui ed ora*” dell’emergenza
intra e post Sisma**

Una ricerca attraverso il variegato mondo del Volontariato in cui risorse ed empowerment sono stati indirizzati al progetto evolutivo della comunità stessa attraverso il processo di counseling

**ALLIEVA
LAURA GROPPI**

**RELATORE
MARGHERITA SERPI**

Il motto

*Un incontro di due:
occhi negli occhi, volto nel volto.
E quando tu sarai vicino
io coglierò i tuoi occhi
e li metterò al posto dei miei
e tu coglierai i miei occhi
e li metterai al posto dei tuoi,
allora io ti guarderò coi tuoi occhi
e tu mi guarderai coi miei.*

Moreno, Jacob Levy

Accompagnare tutte le persone che hanno esperito il senso del terremoto è stato per noi come viverlo: ogni singolo respiro, ogni singolo sguardo, ogni singolo silenzio, ogni singolo nodo in gola, ogni singolo moto emotivo, ogni singola parola ci ha immerso nel vissuto di quei giorni.

Per noi che abbiamo condotto la ricerca a posteriori, nel limbo della “*quiete dopo la tempesta*” le narrazioni sono state il nostro intra del dramma ed è stato il “*come se*” dell’ *approccio empatico* alla situazione.

A mia Madre

Penso di dover celebrare questo mio momento dedicandolo alla persona che più ha lasciato un segno nella mia vita.....

Mentre mi accingo a concludere questo mio percorso formativo in ASPIC, alla mente mi torna l'attimo dell'ultimo bacio rubato alla mamma, mentre l'ambulanza la stava accompagnando in ospedale, con la consapevolezza che entrambi avevamo;
che era l'ultimo!

Uno squarcio di tempo che si ferma per sempre impresso nel cuore, nella mente e nei sensi.

Ricordo che in quel vortice di emozioni ho compreso la pienezza del nostro rapporto ed il messaggio nascosto che il legame portava con sé.

Io penso che mia madre, nel momento in cui si è affacciata alla soglia dell'eterno, si è illuminata della *divina comprensione*,

"Il tutto" improvvisamente le è diventato chiaro e ha scelto di compiere il più grande gesto d'amore, lasciandomi sola per ricostruire la mia vita, perché di questo avevo bisogno.

Un grazie dal profondo del mio cuore che, da sempre ha in sé, la forza, il coraggio e l'amore che lei mi ha lasciato.

INDICE

INTRODUZIONE	pag 6
--------------------	-------

1 CAPITOLO PRIMO

Cos è un evento di calamità naturale e qual'è l'impatto sulla comunità

1.1	Evento di calamità: il Sisma nell'Emilia Romagna.....	pag. 9
1.2	La comunità colpita: storie di vita vissuta.....	pag. 14
1.3	Il Volontariato strutturato e spontaneo.....	pag. 18
1.4	Il Volontario in Protezione Civile e nell'emergenza.....	pag. 23

2 CAPITOLO SECONDO

La gestione dell'emergenza con il Volontariato

2.1	Scatta l'emergenza: competenze, funzioni e caratteristiche del Volontariato.....	pag. 25
2.2	Il Volontario e le sue emozioni.....	pag. 27
2.3	Impatto emotivo del Volontario che allo stesso tempo è vittima della calamità	pag. 28
2.4	Quale il maggior fattore di stress.....	pag. 29
2.5	Quali difficoltà nel mantenere il ruolo e allo stesso tempo consolidarlo.....	pag. 31

3 CAPITOLO TERZO

Cosa Muove L'impegno Volontario Nella Gratuità

3.1	Quali strumenti e risorse hanno incentivato ed agevolato i ruoli.....	pag. 33
3.1.1	CARISMA : definizione ed importanza.....	pag. 34
3.1.2	POTENZIALE : quale forza è emersa e come.....	pag. 35
3.1.3	MOTIVAZIONE : da dove si è attinto ed attivato il "fare"	pag. 36
3.1.4	RESPONSABILITA' : che grado di assunzione di responsabilità è emerso.....	pag. 38

4 CAPITOLO QUARTO

Attivazione del Percorso di Counseling di Comunità in emergenza

4.1	Il counseling di comunità e l'emergenza.....	pag. 40
4.2	Come è stato operare in comunità ed accettare l'emergenza sia da parte dei soccorritori sia delle vittime	pag. 43
4.3	Il processo di counseling e le sue fasi.....	pag. 45
4.4	La metodologia di lavoro: la mappatura del territorio, Questionari, focus group, interviste, workshop.....	pag. 47

5 CAPITOLO QUINTO

Resilienza e Coping

- 5.1 Quali risorse per aumentare la resilienza.....pag. 51
- 5.2 Quali strategie di coping emerse.....pag. 54
- 5.3 L'importanza della rete e delle relazioni.....pag. 56

6 CAPITOLO SESTO

Una Nuova Visione della Dimensione Emergenza

- 6.1 Il sapere dei sentimenti attraverso il processo pluralistico integrato.....pag. 61
- 6.2 L'esperienza vissuta in chiave immaginativa ed il *pensiero creatore*.....pag. 63
- 6.3 Il terremoto come opportunità di crescita e ri-scoperta.....pag. 66

7 CAPITOLO SETTIMO

Verso un Progetto Evolutivo di Comunità

- 7.1 La comunità rafforzata e coesapag. 69
- 7.2 La diversità generativa di arricchimento individuale e collettivo.....pag. 73
- 7.3 Il consolidamento dell'esperienza "*emergenza*" tra inizio e finepag. 75
- 7.4 La ristrutturazione "*dell'anima*"pag. 78

CONCLUSIONI.....pag. 82

BIBLIOGRAFIA.....pag. 83

RIVISTE di SETTORE.....pag. 83

SITOGRAFIA.....pag. 84

INTRODUZIONE:

L'idea di scrivere una tesi di ricerca orientata all'emergenza ed al potenziale che emerge attraverso l'esperienza di Volontariato profusa in situazioni di calamità naturali e Protezione Civile è sorta dai personali vissuti all'interno di diverse organizzazioni Istituzionali e di Volontariato.

Sona stata impegnata per diversi anni in ambiti legati all'emergenza sanitaria ed ho svolto diverse ricerche rivolte all'analisi della motivazione e della sensibilizzazione all'impegno volontario della persona, analisi mirate alla crescita ed all'evoluzione personale collettiva in diversi gruppi interdisciplinari, con lo scopo di verifica e valorizzazione del potenziale Umano inespresso.

Il potenziale Umano mi ha sempre affascinato soprattutto se legato a stati di difficoltà, perché da essi ho visto generare cose straordinarie.

Ho percorso itinerari difficili, condividendo con i colleghi Volontari e personale delle Istituzioni, esperienze emotivamente complesse; questi vissuti hanno aperto in me un vivo interesse per queste dinamiche che se giustamente affrontate e condivise sono in grado di spronare al massimo l'intrinseco potenziale presente in ogni individuo che a ricaduta implementa anche il contesto di appartenenza;

ecco perché ora con lo strumento *counseling* ho desiderato compiere un viaggio più profondo e mirato al risveglio delle risorse, in questo ambito Emiliano Romagnolo che per la prima volta ha dovuto affrontare l'esperienza del Terremoto.

L'obiettivo che mi sono posta per quanto riguarda la stesura di questa Tesi è stato quello di andare a valutare quanto il processo di *counseling* può essere un valido alleato per i Volontari, sia nelle fasi vive **dell'emergenza** che nel post calamità ed ancor più, quanto e come possa fornire strumenti idonei per intervenire sulla ricostruzione di relazioni, fiducia e speranza con particolare attenzione:

1. A chi nello stesso tempo si trova ad essere Volontario e vittima a sua volta dell'evento traumatico, in quanto cittadino delle terre colpite;
2. A chi per la prima volta si è visto indossare spontaneamente la divisa del soccorso mettendosi al servizio per gli altri;

Nel compiere questo percorso di analisi dell'emergenza e del post sisma, lo scopo è quello di incontrare molti Volontari spronandoli al racconto della loro storia, del loro vissuto; attraverso la condivisione di tale *svelamento* della propria esperienza durante la calamità, incentivare strategie di coinvolgimento motivazionale per la creazione di un legame più forte, un' Alleanza.. e nello stesso tempo, generare una maggior consapevolezza riguardo al tema **Terremoto e Volontariato**.

E' risaputo, che con la tecnica della narrazione di sé, si sprona il cambiamento ed il superamento delle difficoltà. E' il potere della rivisitazione del proprio vissuto, dell'incontro con "l'altro" che ridona forza e speranza nel futuro in molte situazioni di difficoltà.

Il racconto degli avvenimenti che sono accaduti durante l'esperienza della "terra tremante" in un setting di "counseling di comunità" attraverso un team interdisciplinare, può essere salutare per molti, perché è emerso a più voci il bisogno di "raccontarsi" e a maggior ragione in una situazione condivisa da più persone, ognuno con le proprie soggettive sfaccettature, peculiarità e competenze.

I Volontari che svolgono la propria attività nei contesti di Protezione Civile ed Emergenza, in genere svolgono un'attività molto orientata al "Fare" e "Velocemente".. creare momenti in cui ci si confronta sul vissuto, aiuta a far sedimentare e razionalizzare l'accaduto, quasi sempre chi *corre per soccorrere* non sa come poi sarà il destino della persona soccorsa, è come una "toccata e fuga".

Predisporre momenti in cui ci si *narra* e si incontrano i soggetti destinatari della propria opera, apre alla visione prospettica della ricostruzione non tanto in termini oggettivi ma soprattutto UMANI, restituendo, nel caso del sisma che ha colpito l'Emilia Romagna, un senso all'essere stato *vittima e soccorritore* in tale calamità.

Un simile evento critico non può passare se non adeguatamente e giustamente relazionato passo per passo, con la cronistoria delle Vittime e dei Soccorritori, persone che si sono incontrate ed unite in questo scambio

tra BISOGNO e DONO, binomio essenziale per percorrere l'impegno Volontario nella missione della gratuità

Il fine ultimo è stato poi quello di analizzare come questo evento abbia stimolato una visione di insieme propedeutica a fornire le basi per progredire verso un potenziamento globale della comunità stessa

Altra scoperta che infindedesidero portare alla luce è come nel *saper essere* della persona che si pone nell'ottica dell'aiuto volontario esista di fondo un ampio spettro di intrinseche attitudini del counselor

CAPITOLO I°:

**Cos'è un evento di Calamità e quale l'impatto
sulla Comunità**

1.1 Evento di Calamità: il Sisma nell'Emilia Romagna

Per iniziare la mia ricerca sull'evento di calamità che ha colpito il territorio Emiliano Romagnolo desidero riportare la memoria al terremoto Aquilano e per fare ciò ho estrapolato un pezzo di articolo della rivista scientifica *Mente e Cervello*

L'identità perduta dei cittadini dell'Aquila



L'editoriale del n.100 di *Mente&Cervello*, in edicola dal 28 marzo 2013 di *Marco Cattaneo*

Sono passati quattro anni da quella notte del 6 aprile 2009. Erano le 3.32 quando un sisma di magnitudo 6.3 colpiva il capoluogo abruzzese, provocando 308 morti e circa 1600 feriti, e lasciando senza casa 65.000 persone. Non è certo questa la sede per sottolineare che dopo quattro anni il centro storico dell'Aquila è ancora un deserto di macerie. Anche se vedremo che questo è tutt'altro che un dettaglio.

La questione è, semmai, l'impatto psicologico a lungo termine che ha avuto il sisma, e il modo in cui è stato affrontato. Come racconta Ranieri Salvadorini nel servizio di copertina di questo numero, alle ferite lasciate dal terremoto si sono aggiunte quelle di un'eccessiva «militarizzazione» degli interventi di soccorso, che hanno sommato sofferenza a sofferenza, trauma a trauma.

*Così i dati epidemiologici rivelano che il disturbo **post-traumatico da stress colpisce il 10-12 per cento della popolazione aquilana**. E se questa patologia, legata alla fase acuta, è in diminuzione, sono invece pericolosamente in aumento i disturbi dell'umore, **a cominciare dalla depressione, che contribuiscono tra l'altro a un sensibile aumento del consumo di alcolici e stupefacenti nella popolazione giovanile.***

Se i traumi psicologici nell'emergenza sono in qualche misura prevedibili e affrontabili con strumenti adeguati, gli effetti a lungo termine sono invece una conseguenza più subdola della disgregazione del tessuto sociale.

Una città, e tanto più una città italiana, con una storia millenaria, non è solo un luogo dove le persone abitano. È un luogo dove le persone vivono. Dove si intessono relazioni personali e familiari, dove il semplice atto di passare al bar per condividere un caffè è parte di un rituale codificato che consolida l'identità individuale e collettiva. Anche per questo il trasferimento delle persone nelle cosiddette New Town ha prodotto la sofferenza psicologica di un'intera popolazione.

Perché la geografia della nostra quotidianità è un pilastro della nostra personalità; dà sicurezza, offre protezione.

Per questo ricostruire L'Aquila doveva essere un imperativo categorico. Perché i suoi cittadini non si sentissero feriti due volte.¹

Ho desiderato porre l'accento sulla riflessione importante che l'articolo apre sul fondamentale concetto di monitoraggio del proseguo di vita delle persone colpite da un evento drammatico come è stato il Sisma sia per i cittadini dell'Aquila sia per gli abitanti dell'Emilia.

Questa premessa che allude alle macerie dell'anima spesso meno evidenti e più silenti del boato del terremoto mi è utile per far comprendere come il processo di counseling attivato, oggetto di tale ricerca, sia intervenuto per accompagnare ed ascoltare in modo adeguato ed efficace questi silenzi.

Tale ricerca pone il focus su come i Volontari Soccorritori sono stati i soggetti in prima linea a contatto con questi vissuti e come per loro sia stato importante comprendere tali dinamiche degli "animi" sia soggettivi che in relazione con gli altri.

Con la definizione di evento di calamità ci si riferisce ad un caso straordinario che intercorre nella quotidianità ordinaria, ed è creato da situazioni ambientali naturali o indotte.²

Nello specifico ci riferiamo ad un evento catalogato Naturale per il quale è stato dichiarato dall'autorità competente lo [stato di emergenza](#). " **Il Sisma nell'Emilia Romagna**"

Per approfondire e trattare l'evento specifico mi sono avvalsa dell'intervista rivolta al **dottor Camassi referente del INGV (Istituto Nazionale di Geofisica e Vulcanologia) che mi racconta:**

¹ **Mente e Cervello** rivista mensile di divulgazione scientifica che tratta tematiche sulla psicologia e le neuroscienze

Una premessa

Raccontare un terremoto, tutto quello che è stato, è impossibile. Un terremoto è tante cose: un evento geologico che attira l'attenzione di tante discipline scientifiche (fisica, sismologia, geologia, ingegneria, ecc.) e allo stesso tempo un evento che colpisce persone, territori, edifici, il cui impatto può essere drammatico. Terremoto è evento inatteso per eccellenza, che sorprende, spaventa, determina spaesamento. E può mettere in crisi le comunità e le persone, e non solo sul piano materiale. A un anno di distanza proviamo a riassumere in poche righe alcuni elementi che hanno caratterizzato questa vicenda, senza alcuna presunzione di completezza: anche quando si tenta di rappresentare i dati scientifici di un evento di questo tipo la mediazione dell'esperienza ha sempre un peso. Nessuna presunzione di oggettività, quindi, ma il racconto di un evento che ha coinvolti tutti da persone, cittadini, volontari o ricercatori. E' un racconto quindi, dall'interno di questa vicenda, una vicenda che ci ha resi "esperti", non per formazione ma per esperienza appunto.

20 maggio 2012

All'1.13 (ora locale) del 20 maggio un forte terremoto (Ml 4.1), localizzato fra Bondeno e Mirandola, alcuni chilometri a nord di Finale Emilia, sveglia gran parte degli abitanti della bassa Pianura Padana, fra il Ferrarese e il Bolognese. Nulla di particolarmente sorprendente, pensano in molti, dato che i terremoti sono sì esperienza rara, ma non del tutto: molti ricordano il terremoto del 17 luglio dell'anno precedente fra le provincie di Mantova, Rovigo, Modena e Ferrara, i terremoti del Parmense del gennaio 2012, oppure – negli anni precedenti – i terremoti del Reggiano del 1996 e del 2000. Purtroppo quella scossa non è che la premessa di una forte, lunga e complessa sequenza sismica che metterà a dura prova gli abitanti di questo settore della Pianura Padana. Alle 4.03 del mattino si verifica la scossa più forte della sequenza (Ml 5.9), un paio di km più a ovest della precedente, seguita da decine di repliche per tutta la giornata, una delle quali, quattro minuti più tardi molto forte (Ml 5.1) e un'altra alle 15.18 anch'essa sopra magnitudo 5 (ml 5.1 per la precisione), localizzata una ventina di km più a Est, nei pressi di Vigarano Mainarda.

La sequenza nei giorni successivi prosegue, pur se il numero dei terremoti decresce di numero e di energia.

Il 29 maggio si verifica però un nuovo fortissimo terremoto (Ml 5.8) alle ore 9 del mattino, localizzato in prossimità di Medolla, seguito nella giornata da un numero elevatissimo di scosse (circa 150), una decina delle quali di magnitudo superiore a 4: fra le 12.56 e le 13, in particolare, tre forti scosse raggiungono o superano magnitudo 5, la prima localizzata vicino a San Possidonio, l'ultima fra San Possidonio e Novi di Modena.

Un ulteriore picco di attività inizia nella serata del 3 giugno, con una scossa alle ore 21.20 (Ml 5.1), seguita il giorno successivo da un centinaio di eventi.

Una sequenza, come si è visto, lunga e complessa (oltre 2.000 terremoti registrati dalla rete sismica nel primo mese e mezzo), molto forte (sette terremoti di magnitudo superiore a 5), con gli eventi principali avvertiti in tutta l'Italia Settentrionale, fino in Francia, Svizzera, Austria e Slovenia.

Vittime, prima di tutto: 27, quasi tutti operai coinvolti dal crollo delle proprie fabbriche. E poi danni gravissimi al patrimonio monumentale: chiese, campanili, rocche e torri crollate, edifici pubblici sventrati (il Municipio di Sant'Agostino, un emblema del terremoto).

Quello che però appare fin dal primo momento l'effetto più drammatico che caratterizza questo terremoto è il crollo di tanti capannoni artigianali, agricoli e industriali, cui si deve anche gran parte delle vittime.

L'impatto economico del terremoto in una delle aree più produttive e avanzate del Paese (soprattutto per il settore biomedicale) è fin da subito drammaticamente evidente: è per questo che nei giorni immediatamente successivi alla scossa del 20 maggio e successivamente anche dopo il 29 l'urgenza più forte che si manifesta è quella del lavoro, della continuità produttiva di alcuni settori strategici. Le stime attuali dell'impatto economico di questo terremoto si aggirano intorno ai 12-13 miliardi di euro.

Interrogativi

Fin dai primi giorni e nelle settimane successive sono molte le domande che le persone si pongono su questo evento e che alimentano la discussione, sia privata che pubblica attraverso i media. Alcune di queste domande sono generate semplicemente dallo sconcerto di fronte ad un evento inatteso, che ci ha colto del tutto impreparati, e che ha generato profondo sconcerto e paura, e ha alimentato un profluvio irrefrenabile di voci, dicerie e, false notizie; altre sono motivate da alcune caratteristiche del tutto inusuali di questo terremoto rispetto ad altri prossimi nello spazio e nel tempo. Altre ancora hanno ripreso temi in discussione da molto tempo negli ambienti che si occupano di protezione civile e di rischi naturali.

Quello che è emerso in modo vistoso fin dall'inizio è un grande bisogno di informazioni, di tutti i tipi: un bisogno di capire, di comprendere quanto successo e di seguire e condividere le scelte politiche e amministrative della ricostruzione, atteggiamento che ricorda per certi versi la capacità di risposta dei friulani dopo i drammatici terremoti del maggio e settembre 1976.

A questo bisogno di informazione hanno cercato di rispondere, in diversi casi, gli stessi amministratori locali, che hanno promosso incontri con i cittadini per renderli consapevoli delle procedure e delle scelte amministrative effettuate nella fase di gestione dell'emergenza e dell'avvio della ricostruzione. Un'esperienza importante in questa direzione è stata l'iniziativa "terremoto parliamone insieme", un ciclo di circa 70 incontri pubblici realizzati fra giugno e settembre in numerose località delle provincie di Bologna, Ferrara, Modena, Reggio Emilia e Mantova, promosso dal Dipartimento della Protezione Civile, dalla Regione Emilia Romagna, dall'INGV e da Reluis, in collaborazione con i Comuni, i servizi di base e le associazioni di volontariato presenti sul territorio. Questi incontri, presenti competenze sismologiche, ingegneristiche e psicologiche, hanno avuto l'obiettivo di condividere liberamente conoscenze ed esperienze, per aiutare insegnanti, operatori dei servizi di base e popolazione ad affrontare meglio una situazione estremamente difficile per tutti.

Questi incontri sono stati anche l'occasione per discutere in modo franco e diretto di tutte le dicerie in circolazione: e se anche non tutti i dubbi sono stati risolti, l'incontro e la discussione con persone vere, riconoscibili e del tutto coinvolte ha avuto certamente una funzione positiva per tutti" ³

³ Tratto da mia intervista al dottor Romano Camassi, ricercatore e storico sismologo dell' I.N.G.V.

1.2 - La Comunità colpita: testimonianze di vita vissuta

I NUMERI DELLA CALAMITA'

BILANCIO DEL 20 MAGGIO : 7 MORTI E 47 FERITI

29 maggio 2012 ore 09.03 – scossa magnitudo 5.8 + sciame sismico prosegue nella stessa giornata (magnitudo 5.3 alle 12.55) e nei mesi successivi

BILANCIO: 20 MORTI E 350 FERITI

BILANCIO COMPLESSIVO: 27 MORTI E 397 FERITI

Questa l'analisi oggettiva della comunità colpita, a fronte di questo evento che la popolazione non era assolutamente in grado di pensare dato la mancanza assoluta di memoria nelle generazioni di una tale calamità naturale, si è aperta una voragine in termini di fiducia e punti di riferimento.

La popolazione ha vissuto un vero e proprio trauma legato all'emergenza terremoto, questa concezione nella dimensione "emergenza urgenza" viene collocata nel quadro generale del "trauma fisico" ed ogni attività assistenziale, di accoglienza, terapia, formazione e supporto è rivolta alla cura del corpo

Capire cosa succede nei vissuti e nei ricordi di chi è assistito e di chi assiste è argomento diventato primario nell'analisi condotta con questa ricerca ed uno degli obiettivi che mi pongo in questo capitolo è l'attenzione al trauma emotivo che l'emergenza terremoto ha provocato.

Inoltre il fine ultimo di accogliere e comprendere il conseguente affiorare di un potenziale intrinseco rivolto ad implementare il senso di resilienza che questo evento sembra aver generato nella maggior parte delle persone sia **soccorse** che **soccorritori**.

Sono emblematiche le testimonianze riportate da diversi attori in gioco nei campi allestiti per gli sfollati:

*..... D'altra parte questa esperienza ha creato un forte legame tra i volontari che hanno condiviso le fatiche le paure e le gioie. Mi risulta comunque difficile descrivere ciò che ho fatto insieme agli altri volontari. Penso sia complicato esprimere ciò che è stato per noi, forse è una di quelle esperienze impossibili da raccontare a parole e forse proprio per questo è **così eccezionale**.*

.....Prestare servizio nelle zone colpite dal sisma, per me, ragazzo ventenne di Modena, è stato molto significativo. Aiutare persone in difficoltà, a seguito di un evento così catastrofico, a pochissimi chilometri da casa tua, anche solo con due chiacchiere di conforto è il minimo che potessi fare. Una sorta di doveroso impegno verso i miei corregionali e verso tutte quelle persone che in un modo o nell'altro si trovavano a calpestare quelle terre. Far fronte nell'immediato a 15.000 sfollati (che poi sono aumentati) è **stato molto difficile, ha richiesto un dispiego di mezzi, forze, tempo, denaro, persone, molto consistente. Resta il fatto che è qualcosa di fantastico**, anche se concretamente realistico, **come le persone si organizzino, si impegnino, contribuiscano al massimo, si rispettino l'un l'altra, in un momento di difficoltà generale, perché consapevoli del fatto che si è tutti uniti per un obiettivo comune: risollevarne una comunità, una società, un territorio, culture, tradizioni, famiglie, imprese, un'economia, e tanto altro ancora. Ed è proprio in queste situazioni che vedi probabilmente quello che di più buono, generoso, solidale c'è nelle persone**, ognuno esprimendo queste caratteristiche in modo proprio e personale. È incredibile come una difficoltà seria che coinvolge migliaia di persone, come un terremoto, spogli le persone di egoismi, avarizie, menefreghismi, indifferenze e le ponga tutte su uno stesso piano di **reciproca collaborazione**.

....Non dimenticherò le persone che ho incontrato, alcune per la loro disperazione e la loro forza, altre per la loro incredulità. **Non dimenticherò emozioni e immagini che porterò impresse nella testa e nel cuore con impegno e consapevolezza per fare e proporre**

.....**da volontario e' l'esperienza che riempie la vita. e' il manifestarsi di un dramma collettivo e allo stesso tempo la grande reazione umana collettiva al dramma. tutti uniti a lavorare insieme con un obiettivo ben chiaro sempre: AIUTARE**

.....**la cosa straordinaria e' che la maggior parte di questi volontari erano stati colpiti in prima persona dal terremoto che aveva recato loro danni, vivevano situazioni disagiate per aver perso il lavoro od essere in cassa integrazione.. Nonostante ciò hanno accantonato ogni tipo di problema, dedicando anima e corpo ai "propri vicini di casa"!!!!!! Questo tipo di solidarietà è il segnale più bello che questa orribile esperienza ha prodotto e il messaggio più prezioso che mi porto a casa!!! (4)**

L'accento sulla dimensione emozionale è stata concretizzato nel compiere questo percorso di analisi e autoanalisi del post sisma attraverso colloqui di counseling di comunità.

Abbiamo incontrato molte persone che ci hanno raccontato la loro storia il loro vissuto e svelando questi particolari della propria vita durante il terremoto, anche solo attraverso un particolare, un pensiero, si è percepito come tale gesto di confidenza ha creato un legame

(4) testimonianze del libro " Dalla Paura al risveglio"

più forte e, nello stesso tempo, si è raggiunta una maggior consapevolezza riguardo al tema dello svelamento.

E' risaputo, ma ne abbiamo avuto la prova, che con la tecnica della narrazione di sé si sprona il cambiamento e il superamento delle difficoltà. E' il potere della rivisitazione del proprio vissuto e l'incontro con l'altro che ridonano forza e speranza nel futuro in molte situazioni.

Il racconto degli avvenimenti che sono accaduti durante l'esperienza della "terra tremante" è stato salutare per molti perché è emerso a più voci il bisogno di raccontarsi e soprattutto in un contesto condiviso da più persone, ognuno con le proprie soggettive sfaccettature; questo è risultato essere uno strumento ripartivo e ristrutturante per l'intera collettività.

Narrando e "narrandosi" ci si è aperti alla visione prospettica della ricostruzione non tanto in termini oggettivi ma soprattutto UMANI, restituendo, nel caso del sisma che ha colpito la terra Emiliana, un senso all'essere stato vittima e soccorritore di tale calamità.

Abbiamo riscontrato in tutti i settori il bisogno di riprendersi la propria dignità e ritrovare la fiducia, un simile evento critico non poteva passare se non adeguatamente e giustamente relazionato.

Alla lettura di tali testimonianze ho fatto una comparazione in termini di esperienze che sono state focalizzate con lo scopo di un **processo di counseling** orientato all'evoluzione della stessa comunità colpita.

Similitudini nei racconti

Ecco l'elenco di alcune delle dinamiche trasversali che sembrano aver influito positivamente sulla situazione globale, sia dei soggetti vittime del Sisma, sia dei soccorritori volontari e professionisti:

- **Alta e media autostima**
- **Utilizzo delle reti relazionali e di confronto**
- **Percezione di controllo della situazione**
- **Senso di autocontrollo**
- **Pregressa esperienza in altri contesti di emergenza**
- **Meccanismi solidali**
- **Supporto dei familiari**
- **Spontaneità, Creatività ed Empatia**

Tutti questi aspetti emersi dalla Comunità sono testimonianze di come un *Processo pluralistico integrato* sia strumento efficace per trovare radici profonde insite nell'uomo e farle germogliare.

E' stata inoltre emblematica la spontaneità di ogni azione messa in atto nel "*qui ed ora*" dell'emergenza come riportano molti dei racconti tratti dal questionario di ricerca.

Spontaneità come prerequisito di ogni esperienza generativa: infatti essa ha avuto la funzione di catalizzare la potenziale creatività dei soccorritori volontari e professionisti ed anche dei comuni cittadini, trasformandola in qualcosa di operativo, che è servito nella gestione delle situazioni critiche e di emergenza/urgenza

Moreno, Jacob Levy a proposito della spontaneità si era così espresso:

*"La spontaneità opera nel presente,
nel qui ed ora;
essa stimola l'individuo verso una risposta adeguata
ad una situazione nuova o ad una risposta nuova
ad una situazione già conosciuta." (5)*

1.3 Il Volontariato strutturato e spontaneo (6)

Il volontariato

La definizione secondo la legge

Per la legge italiana il volontariato organizzato nelle associazioni ha le caratteristiche previste dalla Legge 266/1991 che sono: gratuità assoluta delle prestazioni fornite dai volontari in modo personale e spontaneo; divieto assoluto di retribuzione degli operatori soci delle associazioni. La stessa legge prescrive che le associazioni debbano presentare democraticità della struttura, l'elettività e la gratuità delle cariche associative

Chi sono i volontari

- *I volontari sono coloro che si pongono in un atteggiamento d'incessante ed attiva partecipazione con le organizzazioni sociali impegnandosi in posizioni che la Costituzione ha riservato ai corpi temporanei ed alle associazioni di cittadini.*

Il volontariato strutturato oggi è costituito in vere e proprie organizzazioni e visto l'incremento del fenomeno nasce l'esigenza d'istituire un "Osservatorio nazionale per il volontariato" previsto dalla Legge 266/1991. Il garante di questo osservatorio è il Ministero del Lavoro e delle Politiche Sociali, ed ha il compito di registrare le organizzazioni attive e seguire il loro comportamento su tutto il territorio nazionale incoraggiandone la diffusione

Ancora oggi

Per un processo di professionalizzazione in atto del volontariato organizzato diminuiscono consistentemente le organizzazioni composte da soli volontari ed inoltre si integrano sempre più con Enti ed Istituzioni.

Si può ragionevolmente stimare una notevole presa in carico da parte del volontariato in modo prioritario od esclusivo di circa 380.000 persone sull'intera fascia regionale. (Emilia Romagna)

Per tale ragione l'intero sistema si è fornito di un codice deontologico che prevede i seguenti articoli:

Art 1 Il volontario opera per il benessere e la dignità umana

Art 2 Rispetta le persone con cui entra in contatto senza distinzioni di età, sesso, religione, nazionalità, ideologia.

Art 3 Opera liberamente e da continuità agli impegni assunti

Art 4 Interviene dove è più utile e quando necessario, facendo quello che serve e non tanto quello che lo gratifica

Art 5 Agisce senza fini di lucro

Art 6 Collabora con gli altri volontari, prende parte alle riunioni per verificare le motivazioni del suo agire nello spirito di un indispensabile lavoro di gruppo

Art 7 Si prepara con impegno riconoscendo la necessità della FORMAZIONE PERMANENTE che viene svolta all'interno della propria organizzazione.

Art 8 E' vincolato all'osservanza del segreto professionale su tutto ciò che gli è confidato o di cui viene a conoscenza nell'espletamento delle sue attività

Art 9 Rispetta le leggi dello Stato ed il regolamento della sua organizzazione e si impegna per sensibilizzare altre persone ai valori del volontariato

Art 10 Svolge la propria attività permettendo a tutti di poterlo identificare.

Non si presenta in modo anonimo, ma offre la garanzia che alle spalle c'è un'organizzazione riconosciuta dalle leggi dello Stato

Alcune delle finalità delle organizzazioni di volontariato

- Servizi
- Sensibilizzazione
- Promozione sociale
- Tutela
- Sostegno/assistenza
- Formazione ricerca
- prevenzione

Il ruolo del volontario

Questo suo agire si è andato sempre più delineando come un ruolo che integra senza sostituirlo quello di altri professionisti.

Gli spazi di attività del volontario si sono sempre più allargati e diversificati, le collaborazioni con altri volontari, operatori e Istituzioni varie è diventata una costante della sua opera

Il volontariato è azione gratuita

La gratuità è l'elemento dell'agire volontario e lo rende originale rispetto alle altre componenti del terzo settore (Terzo settore è definita quell'area che lo stato ha riservato al Volontariato, promozione sociale e cooperazione sociale) e ad altre forme di impegno civile.

Attraverso l'espressione gratuita esso può diventare testimonianza credibile di

LIBERTA'

Questa mia esperienza maturata da oltre 20 anni nel settore del volontariato socio sanitario ed in particolare nell'emergenza mi sta ora fornendo lo spunto per rivedere le azioni mie

personali e di altri colleghi volontari, sotto la nuova luce del mio percorso di counseling pluralistico integrato: esso mi apre a queste riflessioni che sono in grado di dare un senso più profondo e "scientifico" alla spontaneità dell'azione volontaria.

Posso a questo punto affermare **che Il volontariato** conosce questa *libertà di cui sopra*, e desidero entrare nella valutazione intrinseca di alcuni aspetti che rendono unica la genuinità dell'impegno che ogni persona può decidere di esprimere, come ad esempio quello che autenticamente si è generato nel lavoro con il terremotato dell'Emilia ed in tanti altri contesti di emergenza.

Pensando ai protocolli del soccorso, alle procedure regolamentari dell'emergenza e della Protezione Civile mi sorge questa domanda: è possibile il binomio: **Libertà → regole?**
C'è contrasto o interconnessione tra queste due affermazioni?

Io penso che la libertà interiore non conosca regole o limiti, perché infinita, basta saperla cogliere; attraverso il Volontariato per me ha assunto questa primaria valenza, è diventata un'autentica e congrua Libertà di espressione

La mia esperienza oggi mi fa dire di SÌ, io esprimo questa libertà durante i miei servizi di volontariato e le regole si fondono con il mio agire consapevole: Dove regna libertà di espressione non c'è bisogno di infrangere le regole! Perché diventano parte integrante di quanto mi sento e devo fare, nel mio specifico ruolo

La mia esperienza di volontaria ed il mio percorso nel counseling mi hanno portato a riflessioni personali molto profonde, quasi ad aprire una parentesi anche filosofica su diversi concetti quali: libertà, ragionevolezza, consapevolezza coscienza ecc:

Espressione libera = Manifestazione della coscienza

Attingere alla nostra coscienza è come andare oltre (superare) i ns. tre stati dell'io G.A.B. (personalità).

Nella storia della filosofia il termine "coscienza" ha assunto diversi significati spesso molto lontani da quello comune di consapevolezza, che è consapevolezza del proprio sentire, del proprio agire e del proprio essere.

Platone la definiva l'insieme delle facoltà conoscitive, è intelligenza, è memoria, scienza ed opinione vera, in Kant la coscienza contiene sia il senso etico che quello gnoseologico .

L'attività di volontariato apre sempre molti spazi di vita interconnessi alla propria dai quali si attinge la conoscenza-coscienza attraverso un contenuto che è sempre esperienza vissuta

capace di cogliere l'essenza del fenomeno e far emergere l'autoconoscenza, tale processo diventa il progressivo manifestarsi della libertà nell'individuo e nella società.

Tornando alla riflessione sulle regole, nel volontariato come anche nel counseling in quanto professione che si esplica nella relazione di aiuto, agisco spostandomi dalla posizione della mera esecuzione di una regola per giungere all'azione consapevole della stessa che ne implica il rispetto autentico senza viverla come un'imposizione.

Usare la mia coscienza inoltre è come spostare cultura e scienza e mettermi in sintonia con quello che è necessario in quel momento. Ecco perché il volontario C'è! e Come c'è?

Per rispondere cito di seguito questa frase di Danilo Dolci:

*“Non mi domando se è facile o difficile,
ma se è necessario“*

Danilo Dolci

Alla luce di questa frase del Pedagogista e sociologo Dolci, desidero porre l'attenzione su di un altro binomio interessante: **Razionalità e Ragionevolezza**

Queste espressioni sono simili?

Cosa c'è di diverso ?

La mia pratica sul campo mi ha portato a questa analisi: **la ragionevolezza può far comprendere anche l'irrazionalità.**

In molte situazioni di emergenza urgenza è necessario compiere azioni spontanee, immediate e veloci che potremmo dire, per usare una terminologia tecnica di *problem solving*, tutto ciò potrebbe, in una logica comune ed ordinaria, apparire irrazionale.

Mi vien da pensare inoltre se questa spontaneità possa essere contagiosa, ovvero essere veicolo di promozione per sensibilizzare altri ad approfondire la mission personale del dono.

Io ho sperimentato che mettermi in ascolto sul piano della ragionevolezza mi aiuta ad avvertire questa *“scintilla”*, ed incontrando tante persone mi sono accorta che riesco a trasmettere la mia passione, per cui, se questa fiamma ti passa accanto è contagiosa! **Perché è difficile far tacere la voce interiore! Soprattutto attraverso un** Ascolto attivo e consapevole.

Visto quindi il nesso logico tra razionalità e ragionevolezza posso fare un accenno a quella che si definisce **l'intelligenza emotiva** che alcuni dividono in interpersonale e intrapersonale, è una forma di intelligenza alla capacità di provare emozioni e di usarle in modo consapevole. (7)

Questo spiega anche perché il mondo del volontariato spontaneo alla fine diventa contagioso

L'esprimersi dell'intelligenza emotiva permette di intuire i sentimenti e le aspirazioni delle persone da cui si è circondati e la consapevolezza di tale espressione è un elemento chiave per dare origine ad un proficuo interscambio sociale tra **consapevolezza ed empatia**

Ecco la fonte del contagio: Un rapporto biunivoco o uno a molti e che coinvolge una pluralità di interlocutori

il coraggio un'altra parola chiave che accomuna ogni spontaneità nella gratuità

Pur essendo contagiosa, la *scintilla* non sempre riesce ad accendersi, per lasciare fiorire la fiamma che ci passa accanto, oltre alle motivazioni e alla volontà, serve un altro elemento: il coraggio..... Perché ci vuole coraggio?

Si può parlare di coraggio quando si affronta qualcosa di rischioso: **Nel volontariato esiste il rischio? Sì!** Solo chi ha coraggio riesce ad accendere la "*fiamma*".

Si può entrare in contatto con fonti di rischio legate ad aspetti diversissimi per ogni settore di appartenenza e su ogni livello, soprattutto se parliamo di emergenza.

Ecco la scelta di realizzare questo connubio del counseling di Comunità e Volontariato, per ridefinire il significato di tale azione attraverso la potenzialità di tale strumento che di per se agisce su un terreno già naturalmente fertile e proattivo alla trasformazione e al cambiamento.

Nel volontario ci sono le attitudini del counselor:

- **Esprime l'importanza della relazione e della condivisione con l'altro**
- **Riconosce il valore della dignità umana**
- **È consapevole che il proprio dono diventa motivo di arricchimento interiore**
- **Diventa maestro di solidarietà**
- **Diventa cittadino competente**
- **Concorre alla realizzazione del benessere**

Il volontariato già di per sé significa: **apprendere, crescere**, questa azione libera è inoltre sinonimo di crescita sia personale che sociale se pensiamo alla ricaduta delle nostre azioni.

Ci sono cose che possono essere comprese con lo studio, sono cose esterne, fanno parte del mondo oggettivo, questa potrebbe essere definita come la differenza tra scienza ed esperienza: **La soggettività**

La scienza potrebbe non richiedere un'esperienza soggettiva, potrebbe restare all'esterno e osservare: è un approccio oggettivo alla verità. (8)

Per conoscere qual è la mia verità e il mio impegno in qualcosa *la scintilla devo viverla nel qui ed ora del confine- contatto.*

(6) Lezioni di volontariato anno 2008-2012

(7) L'Intelligenza emotiva Daniel Goleman anno 2006

(8) La disciplina della trascendenza - Osho - Bompiani editore

1.4 Il Volontario in Protezione Civile e nell'emergenza (9)



Il volontariato di protezione civile è nato sotto la spinta delle grandi emergenze che hanno colpito l'Italia negli ultimi 50 anni: l'alluvione di Firenze del 1966 e i terremoti del Friuli e dell'Irpinia, sopra tutti. Una grande mobilitazione spontanea di cittadini rese chiaro che a mancare non era la solidarietà della gente, ma un sistema pubblico organizzato che sapesse impiegarla e valorizzarla. Il volontariato di protezione civile unisce, da allora, spinte di natura religiosa e laica e garantisce il diritto a essere soccorso con professionalità.

Con la legge n. 225 del 24 febbraio 1992, istitutiva del Servizio Nazionale della Protezione Civile, le organizzazioni di volontariato hanno assunto il ruolo di "struttura operativa nazionale" e sono diventate parte integrante del sistema pubblico.

Il Dipartimento della Protezione Civile - a seguito del decentramento amministrativo - stimola, anche nelle autonomie locali, una forte identità nazionale del volontariato di protezione civile per favorire una pronta risposta su tutto il territorio. Il volontariato si integra inoltre con gli altri livelli territoriali di intervento previsti nell'organizzazione del sistema nazionale della protezione civile, in base al principio della sussidiarietà verticale. È inoltre attore del sistema e del proprio territorio: protegge la comunità in collaborazione con le istituzioni, in base al principio della sussidiarietà orizzontale.

Per verificare e testare i modelli organizzativi d'intervento in emergenza, il Dipartimento e le Regioni promuovono esercitazioni che simulano situazioni di rischio a cui le organizzazioni di volontariato partecipano. Come struttura operativa del sistema nazionale di protezione civile, possono anche promuovere e organizzare prove di soccorso che verificano la capacità di ricerca e intervento. (9)

9 <http://www.protezionecivile.gov.it/jcms/it/volontariato.wp>

CAPITOLO II°:

La gestione dell'emergenza con il Volontariato

2.1 Scatta l'emergenza: competenze, funzioni e caratteristiche del Volontariato

Emergenza terremoto - Area sociale: l'esigenza di coordinare le disponibilità professionali e di volontariato per le zone colpite dal terremoto.

L'emergenza terremoto in Emilia, così come per altre emergenze calamitose, ha mobilitato fin da subito numerosissime disponibilità professionali e di volontariato.

A differenza però di altre emergenze, da ultima quella legata al terremoto dell'Aquila, e forse sulla scorta dell'esperienza derivata da queste, nella nostra regione si è immediatamente attivato un rapporto operativo tra l'Agenzia regionale di Protezione civile, l'ANCI e l'Assessorato alle Politiche sociali, proprio al fine di valutare le possibilità di utilizzo di disponibilità professionali (mediatori culturali, assistenti sociali e educatori) e di volontariato sociale e di animazione.

Poiché è risultato necessario assicurare che le attività fossero coordinate in ragione dei bisogni accertati e secondo procedure compatibili con l'organizzazione generale della Protezione civile, l'Assessorato alle Politiche sociali l'11/06/2012 ha inviato ai Comuni terremotati, alla DI.COMA.C. (Direzione di Comando e Controllo), ai C.C.P. (Centri di Coordinamento Provinciali) e ai C.S.V. delle quattro province colpite, nonché all'O.A.S.ER. (Ordine regionale degli Assistenti Sociali) una circolare con cui sono state impartite linee operative per ottimizzare gli interventi, con allegata scheda per le richieste dei Sindaci di operatori professionali e/o di volontari secondo i bisogni.

Contestualmente, il 13/06/2012, l'ANCI ha inviato una circolare con cui ha richiesto agli Enti pubblici la disponibilità, in forma di donazione, di personale riconducibile alle tipologie professionali di assistente sociale, mediatore culturale ed educatore da inviare nelle zone colpite dal sisma secondo le necessità, impartendo linee operative.

Con preciso accordo, anche se non formalizzato, la gestione delle disponibilità dei volontari è stata interamente demandata, in forma coordinata, ai C.S.V. delle quattro province colpite dal sisma, avvalendosi anche del sito <http://terremoto.volontarium.com> aperto dal C.S.V. di Modena.

I C.S.V. hanno inoltre sottoscritto con la Cattolica Assicurazioni una polizza unica per la tutela integrativa (nel caso di attivazione anche di quella speciale da parte della DI.COMA.C.) o totale dei volontari inviati nelle zone del cratere.

Sono rientrati nella tutela assicurativa anche tutti gli operatori professionali inviati nelle zone terremotate a titolo volontario secondo le linee operative impartite. Così è stato per i numerosi assistenti sociali (in pensione o in ferie) inviati in base ad un accordo specifico sottoscritto tra la Regione e l'O.A.S.ER..

Solo nei primi nove mesi di emergenza sisma sono stati impegnati in totale 7 mila volontari e circa 14 mila da altre regioni italiane.

I volontari dell'Emilia-Romagna hanno messo a disposizione 68 mila giornate di lavoro, quelli delle altre regioni 132 mila giornate.

In totale sono state garantite oltre 4.500 giornate/uomo a supporto delle amministrazioni con questa operazione di gemellaggio.

Nel mese di gennaio 2013 è stato aperto un bando speciale, intitolato "Per Daniele: straordinario come voi", per la selezione di 450 giovani volontari a favore delle zone colpite dal terremoto. È stato raggiunto un ottimo risultato per i comuni colpiti dal sisma che insieme agli enti del terzo settore hanno partecipato alla progettazione del bando, diventato operativo nel mese di marzo. La selezione delle candidature si è conclusa, con esito più che soddisfacente, il 13 febbraio: nei quindici giorni di apertura del bando (dal 15 al 31 gennaio 2013) sono state presentate quasi 2.400 domande di partecipazione, distribuite nelle quattro province interessate (Modena, Ferrara, Reggio Emilia e Bologna) a fronte dei 450 posti disponibili (350 del Servizio civile nazionale a disposizione dei cittadini italiani e 100 del Servizio civile regionale per cittadini provenienti da altri Paesi).

Pochi giorni dopo la chiusura di questo bando ne è stato aperto uno ulteriore, speciale, articolato in tre progetti di ambito culturale e artistico, per la selezione di 100 volontari da avviare al servizio civile nel 2013 nelle zone terremotate di Emilia-Romagna, Lombardia e Veneto. In particolare il progetto "Ri-partire dalla cultura e dal patrimonio artistico" prevede il coinvolgimento di 50 giovani. (10)

10 intervista al funzionario regionale assessorato ai servizi sociali dottor *Mario Ansaloni*

2.2 Il volontario e le sue emozioni

Il volontario come tutti gli operatori che offrono sostegno ed accoglienza attraverso la relazione non sono immuni dal sentire emozioni e sentimenti: il paragone con le emozioni dell'altro come già evidenziato dalle testimonianze dirette al paragrafo precedente può far emergere esperienze e vissuti personali che istaurano un allontanamento o un avvicinamento tra **vittima e soccorritore**

Ciò accade anche perché il soccorritore, nel suo lavoro, è costretto a rapportarsi con forti carichi emotivi, a gestire manifestazioni di angoscia e a volte di aggressività, a confrontare se stesso con le prospettive di morte, dolore e paura che animano le vittime di cui si sta occupando.

Se il soccorritore è poco consapevole dei propri sentimenti e delle proprie reazioni emotive è probabile trovi difficoltà nel controllo della propria emotività nel rapporto soccorritore/vittima.

Non sarebbe eticamente corretto che il soccorritore finalizzasse la relazione con chi è in stato di bisogno per risolvere propri problemi; a volte non c'è consapevolezza in questo comportamento e si rischiano danni rivolti a entrambi i soggetti della relazione.

E' indispensabile che il volontario soccorritore al pari di operatori professionisti abbia competenza emotiva sia rispetto a sé che rispetto alla persona che sta soccorrendo. I sentimenti e le emozioni non sono né buoni né cattivi; uno stato d'animo non è giudizio né voler far male agli altri: è l'utilizzazione del sentimento che può essere buona o cattiva.

Imparare a esprimere i propri sentimenti favorisce la relazione, le dona chiarezza e congruenza, fonda le basi perché questa sia efficace e significativa. Imparare a utilizzare le emozioni e i sentimenti nel processo di assistenza ed accoglienza serve a chi si mette in gioco nell'emergenza anche per alimentare la motivazione e per sostenere il piacere di apprendere.

Ne consegue la necessità per gli operatori per l'emergenza di uno specifico addestramento e supporto per affrontare numerose occasioni di forte impatto psicologico ed emotivo, in modo da unire alla competenza tecnica, anche la competenza relazionale e quella emozionale (autocontrollo).

Non soltanto sapere e saper fare, ma è anche fondamentale saper essere i professionisti dell'emergenza. ¹¹

¹¹ "Quando i sentimenti interrogano l'esistenza (Vanna Iori)

2.3 Impatto emotivo del Volontario che allo stesso tempo è vittima della calamità

Premessa: da un punto di vista sistemico, ogni disastro rappresenta, per definizione, uno sconvolgimento sociale di ordine complesso e globale. Un evento che trasforma la realtà sociale dei gruppi umani che occupano un dato territorio in modi molteplici.

Vengono infatti a cadere, a causa degli accadimenti avversi, le infrastrutture dei servizi e i sistemi produttivi, le reti relazionali e le organizzazioni formali, i valori, le credenze e i saperi che permettevano un buon adattamento su quel territorio.

Sono anche sconvolte le abitudini e le routine quotidiane, dispersi i beni e le risorse di ogni tipo.

Le organizzazioni, i gruppi naturali e le singole persone si trovano così allo scoperto, senza la trama di difese e di strumenti di elaborazione della realtà che costituiscono e caratterizzano ogni comunità.

È in questi momenti che, in modo ottimale, si riesce a cogliere la "stoffa" delle persone e delle comunità, poiché è possibile distinguere fino a che punto le risorse del gruppo sociale erano costituite dai mezzi materiali e fino a che punto dalla ricchezza interiore e dalla rete di relazioni. (12)

Quello che ha agito in modo più efficace e sostanziale nel supportare l'impatto emotivo del soccorritore-vittima è stato il supporto dei familiari, infatti in molte testimonianze si evince la possibilità di poter mettersi a disposizione degli altri grazie all'accettazione della rete parentale ed inoltre la rete sosteneva psicologicamente ed era quasi di sprono all'azione.

Una comune condivisione ed il senso dell'agire in sincronia e sinergia come se l'entità fosse unica, infatti l'azione volontaria è quasi diventata contagiosa per chi stava assistendo all'impegno del proprio familiare.

Nel restare semplice spettatore in passività ed immobilità viene provocata e resa impotente la competenza pro-sociale, che, generalmente spinge l'individuo ad intervenire, anche i figli stessi (bambini) possono diventare loro stessi soccorritori.

Le esperienze operative e le osservazioni sul campo hanno mostrato come anche i bambini cerchino, ed a volte riescano attivamente, a svolgere un ruolo di soccorso sia per i coetanei e addirittura per gli adulti in difficoltà.

La congruenza con ciò che si è e ciò che si fa è stato un altro punto cardine a mantenere salda la motivazione per compiere la propria missione nonostante le personali oggettive difficoltà.

12 Intervista a prof. Luca Pietrantoni Dipartimento di Psicologia dell'Emergenza UNIBO

2.4 Quale il maggior fattore di stress

- **Il vissuto emotivo:** Il tema delle emozioni appare decisamente cruciale in tutti i contesti d'emergenza.

Vi è emergenza, infatti, solo di fronte ad eventi imprevisi, sorprendenti e distruttivi, cioè riconoscibili come aggressivi e lesivi, il divario tra capacità di risposta e bisogni urgenti, evoca inevitabilmente la dimensione tragica, insita in ogni incidente, personale o collettivo.

Le emozioni sono riconosciute come la "cerniera" tra la dimensione organica, la realtà psichica e le dimensioni sociali che caratterizzano gli individui.

Le emozioni, come processi psichici complessi, insorgono rapidamente, si sviluppano, decrescono e scompaiono, coinvolgendo nel loro dispiegarsi temporale molte differenti componenti.

La forza emotigena di un evento non sta, dunque, nell'avvenimento in sé, ma nell'intreccio di vari fattori; è un insieme di atti percettivi e cognitivi che definiscono la connotazione di un accadimento, ed anche la possibilità che l'evento stesso sia registrato dalla nostra mente.

Una componente fondamentale delle emozioni è, dunque, quella cognitiva. Si tratta di percepire l'evento, di valutarne la pertinenza rispetto ai propri scopi, la pericolosità o novità, la possibilità di farvi fronte con le risorse di cui si dispone

Emozione significa anche variazione fisiologica. Il sistema nervoso autonomo, il sistema endocrino ed immunitario sono pienamente coinvolti nelle manifestazioni di ogni emozione, con risultati a volte appariscenti (lacrimazione, caduta del tono muscolare, aumento della sudorazione), altre volte percepibili solo dal soggetto (alterazione della frequenza cardiaca e respiratoria).

Sono anche presenti modificazioni fisiologiche profonde, spesso fuori dall'area della visibilità esterna e della consapevolezza interna (modificazione della pressione sanguigna e della conduttività elettrica della pelle).

Completano il quadro delle componenti, la percezione interna e la risposta motoria:

- la prima si identifica con la consapevolezza che qualcosa attinente ad un processo emotivo è accaduto; essa si esprime, nei soggetti più consapevoli, nella descrizione del moto emotivo di cui si è protagonisti
- la seconda attiene ai tentativi di risposta visibile che il soggetto mette in atto sostanzialmente per allontanarsi e difendersi dall'evento emotigeno connotato negativamente o, all'opposto, per avvicinarsi all'evento emotigeno positivo.

Ogni processo emotivo comporta, quindi:

- un evento elicitante,
- un cambiamento fisiologico,
- una serie di operazioni di valutazione cognitiva,
- un comportamento manifesto.

Per evento elicitante si intende l'avvenimento che può essere riconosciuto come ciò che ha innescato l'emozione, intesa come processo; non sempre esso è evidente, né è lo stesso per tutti.

Tutto ciò che sollecita i sensi ha, in realtà, una potenza emotigena. Esistono anche stimoli sottili,

non facilmente individuabili o riconoscibili a livello consapevole, in grado comunque di elicitare forti emozioni. Gli odori, ad esempio: molte vittime di incidenti, individuali o collettivi, ricordano con dolore la componente olfattiva dell'esperienza di paura, al punto che, odori simili sono in grado di attivare immediatamente le stesse emozioni.

L'odore dei disinfettanti, ad esempio, della terra bagnata, della carne bruciata; anche i profumi hanno forti capacità emotigena ed essendo legati a canali sensoriali arcaici fanno parte di quegli stimoli elicитanti di cui siamo meno consapevoli.

Il termine arousal (attivazione fisiologica diffusa, non specifica) sta ad indicare che ogni emozione coinvolge sempre il corpo, trasformandone in qualche modo i ritmi e i processi di attivazione.

Si può quindi dire che ogni emozione è in qualche modo sempre profondamente corporea, oltre che psichica, poiché il cambiamento del livello di attivazione non precede, ma costituisce una componente essenziale del processo emotivo stesso. (13)

2.5 Quali difficoltà nel mantenere il ruolo e allo stesso tempo consolidarlo ⁽¹⁴⁾

Il grande entusiasmo che ha mosso tutti ha però avuto momenti di sofferenza ed abbandono, la motivazione iniziale non è stata eterna, se pur sia stata il carburante iniziale che ha dato spinta a tutta la grande macchina del soccorso.

E' stato difficile perché in certi settori il programma della presenza, il progetto di ricostruzione e riavvio della normalità, le azioni di soccorso e assistenza, le collaborazioni tra vari soggetti stentavano a dare seguito alla realizzazione di ciò per cui si era motivati.

E' stato impegnativo, con necessità di impiegare una grande costanza nel rendere questo progetto in linea e su misura per l'intera comunità, in quanto ogni specifico settore o territorio era preso dai suoi bisogni ed ognuno assolutamente degno di specifiche priorità.

- I confini del settore in cui si svolgeva il ruolo di volontariato cambiavano, si allargavano e le esigenze aumentavano
- si modificavano anche le regole di questo ruolo: non si prestava servizio solo per la propria associazione, si lavorava insieme per un'idea di comunità che includeva, non escludeva, che preveniva e guardava avanti
- A questo progetto di volontariato nella comunità colpita dal Sisma si è chiesto di aiutare a ridefinire regole a volte anacronistiche, anche attraverso nuove forme di aggregazione e di ricomposizione sociale data l'emergenza ed il post emergenza (quali rapporti, tra quali soggetti, in quali forme?) interrogativi costanti tra le file del volontariato e non

Il punto focale che ha poi permesso di consolidare i ruoli è stato quello di promuovere azioni per approfondire la conoscenza della specifica comunità, infatti la chiave è stata **la rete di collegamenti positivi**, che hanno aiutato a prevenire le fragilità o a farsene carico in collaborazione con i servizi sociali e sanitari, con le famiglie, con tutte le risorse del territorio formali e informali

FRAGILITA' : dal latino *frangere*

- Frammentarietà
- Rischio di rompersi facilmente
- Sensazione di essere divisi



CAPITOLO III°

Cosa Muove L'impegno Volontario Nella Gratuità

3.1 Quali strumenti e risorse hanno agevolato i ruoli

Il grande lavoro di coordinamento svolto dai centri di servizio per il volontariato, il supporto fornito ai terremotati da parte della rete solidale dei cittadini e l'impegno delle Istituzioni nel sovrintendere alla vasta mole di sostegno che si era attivata giungendo da ogni dove.

“Sin da subito numerosi cittadini hanno manifestato la volontà di fare attività di volontariato nei territori colpiti dal sisma: solo nel giorno del 30 maggio sono state 1300 le mail che abbiamo ricevuto e nei giorni a seguire la media è stata di circa 130 contatti ogni giorno. Abbiamo attivato oltre 700 cittadini sulla base di richieste pervenute dalle associazioni dei territori colpiti dal sisma, dall'Assessore provinciale alla Protezione civile Vaccari, da sindaci o assessori dei comuni del cratere per attività varie: per es. a Mirandola e Rovereto al punto ristoro per servire pasti ai cittadini con casa danneggiata e inagibile, a Concordia per presidiare la zona rossa e i campi autogestiti, a Cavezzo per montare tende, etc.

Nei primi giorni si è agito sull'emergenza, soprattutto rapportandosi con i Centri di Coordinamento Comunali (COC) e con le organizzazioni del Terzo Settore, mentre dopo qualche giorno ci si è coordinati con i diversi livelli della Protezione civile per supportare anche il loro lavoro e integrare gli aiuti.

I volontari singoli attivati dall'anagrafe predisposta attraverso il sito terremoto sono stati assicurati dall'ASVM con apposita polizza messa a punto da tutti i CSV dell'Emilia Romagna dei territori colpiti dal sisma.

In accordo con Protezione Civile, Enti del territorio e AUSL abbiamo raccolto anche le disponibilità di personale tecnico (ingegneri, geometri e architetti), personale sanitario, mediatori, insegnanti, psicologi e assistenti sociali (537 le candidature raccolte), che quotidianamente segnalavamo alla sala operativa del Centro coordinamento soccorsi provinciale tramite un elenco aggiornato dei volontari disponibili, o nel caso degli psicologi inviavamo alla AUSL, così come gli assistenti sociali venivano segnalati alla Regione.”(15)

Un'altra analisi delle dinamiche che hanno spronato così tante persone va ricercata all'interno di ogni individuo in gioco nel mondo della gratuità, ci sono risorse personali afferenti al proprio modo di essere *al mondo* utilizzate come volano di processi interiori evolutivi che portano a risultati straordinari, come è stato il caso del terremoto dell'Emilia. Il counseling di comunità è stato un percorso importante ed efficace nel definire la realtà multidimensionale che si è attivata.

Conoscere questa comunità ha significato analizzarla nei suoi diversi aspetti costituenti:

(15) intervista al Presidente del CSV di Modena Volontarismo

3.1.1 CARISMA: definizione ed importanza (16)

Nella Bibbia traduce il greco *charisma* e indica un dono divino

Nella psicologia è la capacità di esercitare una forte influenza su altre persone

Nella religione

- Caratteristico è l'uso del termine, sempre nella bibbia, dove il *charisma* non è semplicemente un dono divino ma diventa la capacità di spendere la vita al servizio dei fratelli. *“Ciascuno metta al servizio degli altri il dono che ha ricevuto, come buoni amministratori della multiforme grazia di Dio”*

Nella psicologia

- E' un aspetto della personalità e del comportamento che sul piano organizzativo indica la capacità di influenzare positivamente gli altri, di motivare e soprattutto di fare seguaci. E' una qualità personale di solito innata e, pertanto, difficile da acquisire attraverso metodologie e tecniche ma non impossibile; si rivela però assolutamente indispensabile per chi ha ruoli di gestione, coordinamento e valorizzazione delle risorse umane. Il carisma, pur essendo per sua natura intangibile, è una caratteristica peculiare piuttosto evidente in quei capi che basano il loro stile di leadership e di comunicazione su principi di uguaglianza

- **Nel Counseling**

E' un aspetto individuale che porta luce e fa emergere il potere dell'incontro umano, la capacità di estrarre le attitudini intrinseche di accettazione incondizionata, autenticità, ed empatia che rende unico il rapporto umano e relazionale con l'altro. E' un atteggiamento interiore di profondo rispetto ed accettazione di sé e dell'altro.

Nel volontariato ci sono questi carismi: Operare per mettere il proprio dono a disposizione dei fratelli, fare quello che è utile in quel momento, accogliere la sofferenza, guardare con passione, partire dal cuore per comprendere il nostro essere uomini.

Motivare, gestire, trasmettere, credere, organizzare.

Agire in nome dei valori, usare la ragione ascoltare la coscienza, percepire le emozioni dell'altro, cogliere la consapevolezza della propria fondamentale libertà di fronte alle sollecitazioni della vita e della potenziale creatività di dare direzioni e qualità alle relazioni.

definizione secondo Luigino Bruni: professore di Economia Sociale presso l'Università la BICOCCA di Milano

il “carisma” dona occhi per vedere delle cose belle in cose che altri vedono semplicemente come problematiche brutte

(16) Appunti lezione di Economia sociale Prof. Luigino Bruni Università La Bicocca

alcuni esempi dalla storia:

- Scalabrini ha visto nei migranti non un problema o una maledizione ma un'opportunità
- Ghandi nelle caste dell'India non ha visto soltanto dei maledetti ma ha visto una risorsa dell'India
- Don Bosco nei ragazzi di strada ha visto una risorsa per Torino

3.1.2 **POTENZIALE:** quale forza è emersa e come (17)

C'è bisogno di una prova per conoscersi; nessuno sa quel che può se non sperimentandosi"

Seneca

La grande prova è stata quella di "lanciarsi" nell'emergenza e nel bisogno, molte testimonianze hanno riportato di questa forza interiore che è emersa nel rendersi conto di quanto stava succedendo alla propria comunità e non solo perché molte attivazioni di soccorso sono giunte da diversi territori italiani.

Una forza che ha spinto verso la competenza: **l'esperienza**

SAPERE ED ESPERIENZA SONO INTRECCIATI, SCATURISCONO L'UNO DALL'ALTRO

- **IL SAPERE** → la conoscenza, le informazioni, le teorie, la specificità della realtà nella quale intervenire → il **perché**
- **IL SAPER FARE** → come operare, come strutturare la collaborazione, di che cosa occuparsi → il **che cosa**
- **IL SAPER ESSERE** → gli atteggiamenti → il **come**

Il grande potenziale è la consapevolezza ed il desiderio di:

ESSERE VOLONTARI COMPETENTI

Il volontariato anche qui si è identificato in un bene relazionale ben fatto, fatto bene, e fatto per il bene in una logica di gratuità in un contesto organizzato.

3.1.3 MOTIVAZIONE: da dove si è attinto ed attivato il “fare”

Motivazione ⁽¹⁸⁾

Attività che orienta il comportamento

Una predisposizione interiore

La risposta a un **bisogno**

La motivazione è ciò che *muove* una decisione, orientando pensieri e azioni

Quando si intraprende un percorso, come quello avvenuto nel Sisma, si è sostenuti da una motivazione che è animata da IDEALI ALTRUISTICI, in cui l'attenzione e la cura nei confronti degli altri ci fa sentire utili, produce gratificazione e senso di realizzazione. Ma la motivazione di ciascuno pur essendo fondamentale, perché spinge a una scelta, non basta.

Bisogna domandarsi che senso può avere la mia scelta, cosa si aspettano gli altri da me? Chi sono gli altri? Cosa si aspettano che io faccia? Cosa si aspettano che io sia?

Queste sono domande che in molti dei volontari intervistati sono scaturite, soprattutto nei giovani

Ogni persona, pur avendo un fine comune è spinta da motivazioni diverse, è importante interrogarsi sul senso delle motivazioni e dei valori che accompagnano l'azione volontaria.

In questi casi improvvisi come il terremoto, in cui non si ha il tempo di riflettere è necessario a posteriori, attivare strumenti, come è stato nel caso di questa ricerca attraverso un processo di Counseling di Comunità, che possa porre il focus sul proprio agire, in quanto non può esserci un impegno alla partecipazione attiva senza motivazioni, ed interrelazioni intra ed extra sociali concrete.

La motivazione è tanto più forte, quanto più profondo è il valore che attribuiamo all'obiettivo che vogliamo raggiungere. Capire il significato profondo, la missione, la finalità della nostra attività, ci permette di costruire un obiettivo alimentato da una forte motivazione, *il carburante che ci garantisce l'impegno per raggiungerlo*

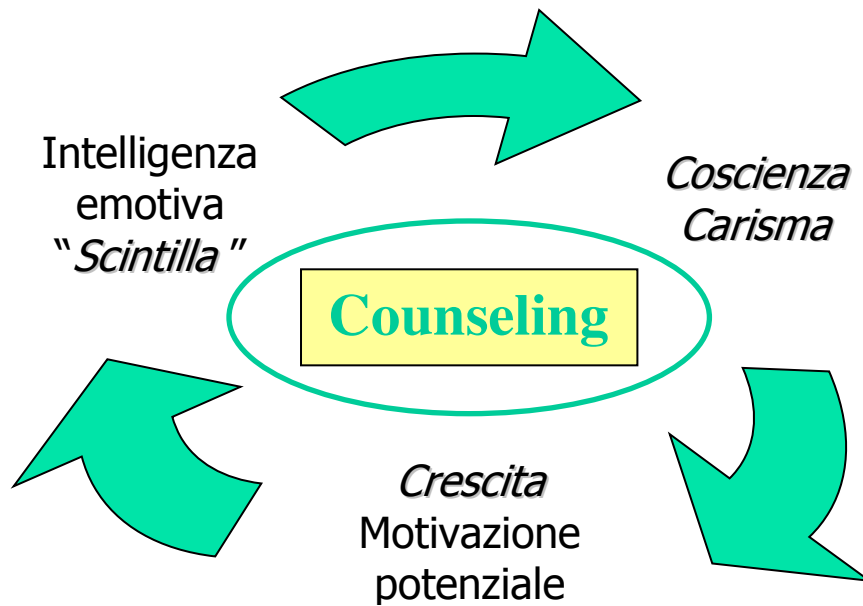
La motivazione prevalente di quei giorni di crisi:

- Attivare nelle persone che soffrono e vivono questa situazione di disagio legata alla calamità: anziani, bambini, diversamente abili, ecc la consapevolezza di potersi comunque valorizzare:

(18) Lezione di Volontariato di Comunità docente Itala Orlando 2012

“Aiutiamoli a ritrovare la propria dignità, la propria autonomia (per quanto possibile) ed il proprio orgoglio qualunque sia la realtà in cui sono nel qui ed ora della tragedia”

Più che mai il processo di counseling è stato efficace nel risvegliare il potenziale che è in ognuno di noi



3.1.3 RESPONSABILITA': Che grado d assunzione di responsabilità è emerso

C'è un nesso logico in tutti gli aspetti affrontati: libertà, coscienza, crescita, coraggio, ascolto, emozioni, carisma, motivazione, potenziale e TUTTI hanno concorso nel creare delle **Persone responsabili** nella presa di coscienza dell'emergenza e del post emergenza, dove la parte adrenalinica si era sedimentata lasciando spazio a sconforto, desolazione e paura.

Lo slancio motivazionale di quei giorni ha fatto affiorare il senso di responsabilità, l'importante riuscita nell'auto realizzazione di quella comunità ha differenziato in positivo i singoli gruppi di volontariato dalla collettività globale, determinando un guadagno progressivo di autonomia convalidando altresì una forma di responsabilità e di riuscita sociale verso loro stessi e verso gli altri.

L'emergenza ed i bisogni hanno stimolato il confronto fra le persone di ruoli, competenze ed etnie diverse, il tutto ha condotto all'impegno per un'azione responsabile incrementando il senso di appartenenza al gruppo-comunità dando la sensazione di poter incidere positivamente sulla realtà circostante.

Possiamo riassumere in un semplice grafico:



CAPITOLO IV°

Attivazione del percorso di Counseling di Comunità in Emergenza

L'attività di soccorso accoglienza e assistenza in un contesto traumatico quale un terremoto ci porta ad affrontare ogni situazione definita "traumatica", intesa come tale, rispetto al fisico delle persone ed alle strutture abitative dei soggetti e dei territori. Questa concezione del trauma, inteso come "trauma fisico", ed oggettivo porta a concepire ogni attività assistenziale, terapeutica, formativa, come rivolta alla cura del corpo, alla ricerca della stabilità delle funzioni vitali ed al soddisfacimento dei bisogni primari. Capire cosa succede nei vissuti e nei ricordi di chi è assistito, accolto ed accudito e di chi assiste, accoglie ed accudisce è argomento secondario e poco considerato.

In questo capitolo mi propongo di valutare come un processo di counseling di comunità in emergenza possa essere funzionale nei termini di trauma emotivi e ricostruzione della proprio equilibrio esistenziale personale e collettivo.

4.1 Il Counseling di Comunità ⁽¹⁹⁾

Con il termine counseling di comunità si intende individuare un modello teorico e di intervento utile agli operatori del sociale, siano essi psicologi, counselor o operatori sociali, per definire un'operatività orientata all'osservazione, all'intervento e alla promozione del benessere individuale nella dimensione collettiva e sociale.

Il focus di questa nuova operatività è il Sé in relazione (Baker Miller 1991), nelle varie forme che questo essere in relazione può prendere, siano esse dimensioni di contesto primario, come quello familiare, di gruppo, organizzativo (esempio Volontariato ecc), legato alla comunità locale o alla comunità globale.

Il counseling come interfaccia tra individuo e comunità. Partiamo dal principio base che prevede nell'azione del counseling l'attivazione di un processo di potenziamento e di risveglio delle risorse già intrinseche al soggetto integrandolo nella comprensione e soluzione dei suoi problemi rifiutando la mentalità della delega all'esperto della scoperta della soluzione appropriata.

Il counselor di comunità può assumere un ruolo decisivo per rendere la promozione della salute efficace lavorando sullo sviluppo di competenze personali e sulla capacità di lettura dei contesti siano essi gruppi od organizzazioni locali o globali promuovendo con l'utilizzo di specifiche metodologie, conoscenza, abilità, impegno, partecipazione al cambiamento.

Il lavoro del counselor di comunità può comprendere interventi di genere diverso a seconda del contesto: dal lavoro individuale di consulenza empowering, per riconoscere le risorse e le abilità personali ed identificare le opportunità o i vincoli ambientali per raggiungere degli obiettivi o superare delle difficoltà, allo sviluppo delle capacità di far funzionare bene i gruppi siano essi di lavoro o di aiuto.

L'analisi di comunità in questi ultimi decenni ha messo a punto una metodologia molto ricca e stimolante che ci consente di cogliere i numerosi aspetti che caratterizzano la vita di una comunità, le sue attese, i suoi bisogni, le sue risorse umane e materiali, la sua organizzazione e così via.

Il processo di empowerment non può essere un processo calato dall'alto, l'efficacia del counseling fallirebbe se negasse, imponendo aprioristicamente ricette e soluzioni; ciò che intende promuovere è la capacità della collettività, di prendere in mano le redini dell'avventura che sta vivendo e di dirigerla verso mete desiderate.

In altre parole, la propria possibilità di decidere per sé, mobilitando risorse e promuovendo cambiamento. Partendo da sé, da ciò che di buono e di positivo si trova già iscritto nel proprio bagaglio.

⁽¹⁹⁾ il Counseling di Comunità di Edoardo Giusti e Maura Benedetti Sovera Edizioni

La vera sfida per la comunità e a maggior ragione in un caso inatteso come quello di una calamità, non è tanto la rimozione oggettiva e intrinseca del problema, in quanto tale, che abitualmente (vedi il terremoto) viene ampiamente elaborato nelle fasi contingenti dell'evento, ma la capacità, delle persone stesse coinvolte, di accettazione e comprensione.

La capacità di intenderne il messaggio, al fine di non pregiudicare il percorso di autonomia, ma di rilanciarlo su basi ancora più solide e consapevoli.

Importanza rilevante, nella comunità emiliana, ha avuto il costrutto dell'auto efficacia che deriva dalla psicologia sociale cognitiva, si riferisce alle credenze relative alla capacità individuale di mobilitare le proprie risorse cognitive e le proprie azioni al fine di soddisfare le aspettative situazionali.

In altri termini la self-efficacy è alla base della propria sicurezza circa la possibilità di produrre una certa prestazione utile a contribuire al risultato atteso (out come expectation – Piccardo, 1995 pp. 12- 13)

Le convinzioni sul proprio senso di auto-efficacia rappresentano uno dei meccanismi chiave nel sistema del Sé e influenzano la capacità delle persone di agire efficacemente nell'ambiente in cui vivono in quanto portano ad utilizzare al meglio le proprie potenzialità e le opportunità ambientali (Caprara 1996).

La personalità del soggetto influenza la sua percezione di auto-efficacia e la sua motivazione oltre che il compito in sé ed il contesto che comprende vincoli e risorse.

Secondo Bandura (1994,2000) uno dei più importanti studiosi di questo costrutto, l'auto-efficacia concerne la consapevolezza del "saper fare" e perciò la convinzione di saper organizzare ed efficacemente saper orchestrare una serie di abilità cognitive, motivazionali in particolari domini di attività.

E' evidente che nell'ambito del Sisma questa teoria ha trovato una valenza applicativa sorprendente, nella nostra ricerca si è dimostrato quanto sopra descritto al riguardo.

Le percezioni soggettive in merito alla propria auto-efficacia si sono manifestate ed hanno prodotto i risultati attesi di padroneggiare con successo determinate prove e sfide, di risolvere problemi e resistere alle avversità, influenzando il livello di aspirazione e la persistenza dell'impegno, le reazioni alle frustrazioni, la ricerca e l'attribuzione delle cause nel caso di successo ed insuccesso, la vulnerabilità allo stress e alla depressione. Gli obiettivi principali di tale percorso:

- Trovare un terreno comune su cui ricostruire legami relazionali forti;
- Avere da ogni realtà coinvolta nel Sisma sia persona fisica, associazione o ente la testimonianza di cosa per loro ha significato;

- Attivare dei processi di trasformazione utili al superamento della crisi;
- Cogliere la logica essenziale del lavoro di rete profuso nel sisma;
- Capitalizzare le diverse esperienze come risorsa dei differenti, non è tra “uguali” che si costruisce qualcosa di nuovo e utile;
- Cogliere gli aspetti motivazionali che hanno spinto verso l’altro;

4.2 Come è stato operare in comunità e seguire l'emergenza sia da parte dei soccorritori sia delle vittime? (20)

Alla base è stata eseguita una valutazione che ha spinto ad integrare e considerare tutti i vari aspetti relazionali, (empatia, autenticità, congruenza, accettazione) dinamiche comunicative e le emozioni attraverso un processo di counseling dell'emergenza.

Il Counseling di comunità nell'Emergenza, permette dapprima di sviluppare la capacità di riconoscere in Sé e negli altri le normali reazioni ad un evento stressante e di criticità, per poi imparare a costruire relazioni adatte in queste circostanze.

Può dare a tutti gli operatori coinvolti in situazioni di criticità le conoscenze necessarie per affrontare le problematiche di carattere emotivo in situazioni di emergenza, post-emergenza e disagio sociale, sviluppandone la consapevolezza necessaria alla tutela del loro equilibrio emotivo.

Permette di integrare la propria preparazione tecnica con conoscenze relazionali e comunicative, infatti dall'analisi dei gruppi di soccorritori ed operatori questa si è dimostrata una necessità di tutti coloro che operano in emergenza e stati di crisi.

E' fondamentale essere in grado di agire concretamente nelle situazioni di emergenza, affinando tecniche e procedure sempre più efficaci per evitare stress e sindrome da *burnout* del professionista e del volontario.

Si è stabilito che preparare questi operatori a relazionarsi attraverso l'acquisizione delle abilità del Counseling, tutela dalle situazioni stressogene e agevola la relazione con Se stessi e con l'altro prima, durante e dopo gli eventi critici.

Per il professionista ed il volontario che opera in questo ambiente è importante conoscere tutte le dinamiche del mondo dell'emergenza, della crisi e del disagio sociale, sapere mettere in atto tecniche di ascolto e supporto in un setting non sempre protetto e mettere in pratica il sapere, il saper fare ed il saper essere in un contesto critico e di "turbolenza emotiva"

I principali obiettivi del processo di counseling in emergenza:

- Favorire la conoscenza delle peculiarità tecniche ed emotive al fine di prevenire e gestire correttamente l'emotività in contesti critici;
- Assicurare la prevenzione del disagio e dell'affaticamento mentale degli operatori;
- Favorire la sicurezza a breve e a lungo termine, offrendo conforto fisico ed emozionale;
- Individuare e promuovere le strategie di coping individuali e gruppali per una corretta gestione dello stress;
- Imparare a riconoscere il proprio limite di "soglia stressogena";
- Lavorare alla costruzione e definizione del proprio patrimonio di risorse personali per fronteggiare lo stress delle professioni di aiuto (sanitarie, sociali ed educative);
- L'arte di comunicare e di saper porre le giuste domande;
- Saper ascoltare e rendersi accoglienti oltre la tecnica;
- Prevenire e gestire il conflitto;

Porre l'attenzione sulle relazioni e le trasversalità emotive che le accompagnano ha permesso di comprendere quanto valore abbiano le attitudini del counselor e le competenze ad esso connesse.

Desidero riportare a tal proposito l'esperienza di un infermiere del dipartimento di emergenza urgenza dell'ospedale di Reggio Emilia (counselor dell'emergenza) il quale ha raccontato della figura del **peer supporter**.

Il **peer supporter** è una figura che nei paesi nord americani e di lingua tedesca sta avendo una notevole diffusione nel settore dell'emergenza; è inserita nelle diverse organizzazioni di soccorso e deve saper supportare i colleghi nei momenti emotivamente più difficili.

I soccorritori affrontano quotidianamente situazioni rischiose, non solo dal punto di vista fisico, ma anche emozionale. Un primo supporto nell'affrontare le reazioni e i vissuti che ne possono derivare può essere fornito dal peer supporter, una nuova figura che non vuole sostituirsi al professionista esperto in salute mentale, ma desidera offrire un primo intervento di supporto emozionale.

L'importanza del peer to peer è che appartiene alla stessa organizzazione di soccorso, può facilmente fungere da ponte tra i colleghi che soffrono e i professionisti della salute mentale.

Per tali obiettivi i peer hanno tre strumenti importanti a loro disposizione: l'ascolto empatico, il confronto e il supporto. Attraverso l'ascolto empatico essi offrono ai colleghi l'occasione di esprimere disagio, frustrazioni, timori e emozioni legate ad un determinato evento o ad una situazione professionale.

Da una ricerca fatta dal counselor dell'emergenza con i colleghi del servizio di emergenza, il 45% delle persone esprimono preferenze per un peer interno al servizio ed il 16% che lo preferirebbe esterno.

Questa testimonianza presa dalla tesi di Marinella Locatelli della Scuola di Counseling professionale di Bergamo *SINTEMA* ci ha dato la prova di quanto efficace possa essere un percorso attivato tramite uno stile di auto-aiuto interno al servizio di accoglienza stesso, organizzato e strutturato da vari colleghi opportunamente formati e supervisionati.

4.3 Il processo di counseling e le sue fasi (21)

In un processo di counseling che coinvolga come cliente un individuo, un gruppo, un'organizzazione o una comunità vale sempre il presupposto che nella persona o nel gruppo, vi sono le risorse interiori (emotive cognitive affettive ecc.) necessarie a che l'aiuto si produca nel suo interno.

Tale processo può essere considerato uno strumento di cambiamento o per meglio dire un atto di facilitazione nella far emergere la capacità degli individui, dei gruppi, e delle comunità di trasformare lo "status quo" facendo leva sulle proprie risorse e sulla consapevolezza dei fattori in gioco nel processo di cambiamento stesso.

I processi di counseling attivano sistemi determinanti nel conoscere e rafforzare le reti di relazioni che agiscono i loro campi di forza sulle persone, gruppi, organizzazioni che ne fanno parte, orientando il cambiamento verso una maggiore efficacia e stabilità.

Un approccio di tale dimensione deve aiutare i professionisti a muoversi dallo studio per andare a portare il "seme" del cambiamento nei contesti comunitari, di gruppo, organizzativi, nelle scuole, ovunque si svolga la vita delle persone, ovunque possa essere innescato un processo di empowerment. (i campi di protezione civile, le organizzazioni di soccorso, i contesti sanitari dell'emergenza urgenza, per restare in tema con gli eventi di calamità).

La relazione di counseling si basa su tre fasi di sviluppo:

1° fase

- obiettivo per il counselor: **COMPRENDERE**
- obiettivo per il cliente: **CHIARIRE E DEFINIRE IL PROBLEMA**

si intende con l'espressione comprendere la capacità del counselor di innescare la sua abilità empatica come presupposto di base oltre alla sospensione del giudizio, l'ascolto attivo, l'accettazione incondizionata.

2° fase

- obiettivo per il counselor: **STIMOLO E CONFRONTO**
- obiettivo per il cliente: **CAMBIARE IL MODO DI PENSARE RISPETTO AL PROBLEMA.**

Riuscire ad agevolare il cliente verso una nuova visione del problema attraverso un cambio di prospettiva, diventa un passaggio importante verso una soluzione

3° fase

- obiettivo per il counselor: FARE DA GUIDA PER IL REPERIMENTO E LA MOBILITAZIONE DELLE RISORSE VERSO IL CAMBIAMENTO.
- Obiettivo del cliente: SVILUPPARE, VALUTARE LE OPZIONI A DISPOSIZIONE E RENDERE OPERATIVE QUELLE PRESCELTE.

Rispetto ad ogni situazione critica esistono più opzioni perseguibili, compito importante del counselor nella terza fase è far esplorare tutte le ipotesi al cliente di modo che possa autonomamente attivare quella più congrua al suo caso.

Le stesse fasi di sviluppo si attivano anche nel counseling di comunità.

4.4 la metodologia di lavoro: mappatura del territorio, Questionari, focus group, interviste, workshop (22)

Prima di entrare nel metodo di lavoro desidero porre l'accento su come tutte le teorie della psicologia di comunità hanno visto come nodo centrale quello di elaborare un quadro teorico che consenta di disegnare nuovi modelli centrati sull'articolazione tra dimensione individuale e dimensione collettiva, tra problemi del singolo e problemi sociali, nonché sulla esplicazione del ruolo sociale a livello eziologico e terapeutico(Francescato e Ghilardelli 1998; Oxford, 1992; Amerio 1993, 1995).

Nello spiegare il counseling come interfaccia tra individuo e comunità, nella conduzione della ricerca siamo partiti, dal principio base che prevede nell'azione del counseling l'attivazione di un processo di potenziamento e di risveglio delle risorse già intrinseche al soggetto spronandolo nella comprensione e soluzione dei suoi problemi e rifiutando la mentalità della delega all'esperto della scoperta della soluzione appropriata.

L'interfaccia tra la sfera individuale e quella collettiva, tra la sfera psicologica e quella sociale (Amerio 2000).

I contributi teorici significativi alla base della psicologia di comunità sono: la teoria del campo di Lewin (1951) il cui assunto principale è l'interdipendenza di condotta, azione e ambiente; le elaborazioni del concetto di empowerment (Rappaport 1977); la teoria ecologica (J.Kelly, 1966 – Barker, 1968); gli studi che sottolineano l'importanza del clima sociale (Moos 1979); l'analisi dei sistemi di relazione interpersonale (Bronfenbrenner, 1979).

Ecco che alla luce di quanto sopra descritto la metodologia attivata è stata quella di vedere sia i volontari soccorritori che professionisti sia le vittime del Sisma come soggetti attivi in questo percorso di counseling di comunità.

E' stato indispensabile che gli individui nei loro contesti di appartenenza abbiano partecipato attivamente ed in modo creativo alla costruzione dei processi che hanno determinato la loro esperienza umana e sociale.

Il coinvolgimento e la partecipazione "**dal basso**" sono mezzi e anche obiettivi dell'intervento.

La capacità di essere attori sociali responsabili, in grado di leggere la complessità della realtà sociale in cui si vive e agire di conseguenza, si raggiunge attraverso processi di maturazione che non possono che avvenire contemporaneamente a livello individuale e collettivo.

Questo processo virtuoso e il suo risultato corrispondono al concetto di empowerment, fondamentale nel quadro teorico della disciplina.

Nello specifico dell'Emilia si è provveduto a fare una mappatura del territorio sia in termini logistici (luoghi e zone colpite) sia in termini di risorse umane coinvolte nella ricerca (Associazioni di Volontariato, di Protezione civile, Amministratori delle Pubbliche Istituzioni, docenti, Sanitari, cittadini comuni ecc)

È stato costituito un gruppo di ricerca interdisciplinare composto da vari esponenti della comunità (operatori del Centro Servizi Volontariato di Modena, del Comitato Paritetico Provinciale del Volontariato, Assessori, Psicologi, **Counselor**, facilitatori, ecc.) che per la loro esperienza o il loro ruolo sono attivamente coinvolti nei processi sociali e/o culturali comunitari.

Gli step attuati nel processo di realizzazione di tale ricerca si sono basati sulla costruzione di focus group mirati, interviste a singoli o gruppi strutturate e semi- strutturate, somministrazione di questionari con domande aperte e domande mirate, di seguito illustrati.

Focus group (22) All'interno di gruppi, un conduttore counselor lanciava domande-stimolo per fare emergere le opinioni e le idee di ogni partecipante ma soprattutto per favorire un confronto tra essi, per arrivare a una co-costruzione di descrizioni e significati.

Questi focus hanno prodotto un pensiero di gruppo condiviso, generato attraverso le esplorazioni anche delle singole divergenze; si è inoltre assistito ad un processo di presa di coscienza e consapevolezza da parte dei soggetti appartenenti alla comunità, delle loro necessità, potenzialità, limiti e risorse.

In alcuni gruppi si è attivato un processo all'insegna di alcune tecniche immaginative capaci di portare i soggetti nell'esperienza terremoto guardandolo da un altro punto di vista proiettandosi in un futuro in cui strategie e soluzioni possibili erano a portata di mano.

A tal fine venivano realizzate simulazioni recitative durante le quali le persone erano aiutate ad assumere un ruolo tale che consentiva loro di affrontare la difficoltà posta dalla situazione sisma , mettendo in atto i comportamenti comunicativi adeguati alla situazione simulata.

Il focus ha fornito un modello di riflessione approfondita, di confronto e comunicazione non frequentemente esperibili nella quotidianità, attivando un miglioramento nella percezione di capacità di analisi di quello che il sisma ha significato, sia per il singolo che per l'intera comunità in base ai vari livelli di appartenenza (ruoli istituzionali, semplici cittadini, volontariato organizzato, volontariato singolo e/o spontaneo,

Interviste (22). Le interviste sono state realizzate con una metodologia semi-strutturata, coinvolgendo diversi soggetti che hanno vissuto l'esperienza a diversi livelli.

Le interviste sono state effettuate tenendo conto delle singole specificità degli intervistati, lasciando liberi gli interlocutori di esprimersi al meglio: sono emersi tratti comuni di un

vissuto trasversale a tutti, che ha evidenziato il grande potenziale emerso nella situazione di calamità sia contingente che in fase di ripresa nel post sisma.

Questionario (22) Il questionario è stato pianificato in collaborazione con il prof. Luca Pietrantoni, docente di Psicologia dell’Emergenza e del rischio del dipartimento di Psicologia dell’Università di Bologna. Esso prevedeva domande aperte e domande mirate ed era rivolto a tutte le associazioni e organizzazioni di volontariato attive sul campo, per analizzare l’esperienza di incontro tra bisogno e dono in un evento di calamità naturale.

Attraverso la somministrazione del questionario si è voluto:

- analizzare la motivazione attraverso la personale testimonianza
- valorizzare le caratteristiche di chi si è impegnato nella risposta al bisogno
- ipotizzare la condivisione nei diversi territori
- ipotizzare la sperimentazione metodologica dato il contesto
- analizzare le fasi di domanda/offerta in un processo mosso all’insegna della gratuità

Questionario:

Come è cambiato il tuo modo di vederti come volontario?

Come hai percepito il lavoro in rete con le altre strutture/associazioni coinvolte?

Cosa ha rappresentato l’intervento durante il terremoto di diverso, per te, rispetto al servizio che di solito svolgi?

Quali sono stati gli aspetti più facili e efficaci?

Quali sono state gli aspetti più difficili e critici?

Racconta con tue parole come è stata per te l’esperienza

E’ stato preferito il questionario a risposte aperte (massimo grado di libertà: il soggetto è libero di dare una risposta personale);

E’ stato importante aggiungere alla fine la possibilità di esprimere liberamente la propria personale testimonianza in quanto ha permesso di incrociarla con quanto scritto prima per le domande aperte ma con specifico tema, questo è stato importante perché era un questionario autovalutativo, ovvero si è chiesto al soggetto di esprimere dei giudizi su se stesso (sui propri atteggiamenti e personali reazioni all’evento...), questo a permesso di accertare l’affidabilità delle risposte date

Capitolo Quinto

Resilienza e Coping

Ho incontrato i termini “resilienza” e “coping” durante il mio primo approccio al master in Aspic con la sessione di micro-counseling.

Questi termini hanno provocato in me curiosità e stimolo ad ulteriori riflessioni in merito al mio vissuto personale comprese nuove letture del mio modo di affrontare la vita e gli eventi difficili e traumatici ad essa correlati.

In questa mia ricerca nella comunità colpita dal Sisma, nell’ottica orientata al volontariato, ho approfondito l’argomento con ulteriori letture di testi quali: “Educarsi alla resilienza, come affrontare crisi e difficoltà e migliorarsi” di Elena Malaguti, “Costruire la resilienza, la riorganizzazione positiva della vita e la creazione di legami significativi” di Boris Cyrulnik e Elena Malaguti.

Ho inoltre preso spunti da una tesi redatta da Marinella Locatelli una studentessa diplomatasi in counseling alcuni anni fa con un’indagine nei contesti Sanitari dell’Emergenza con il focus sulla costruzione di resilienza e strategie di coping.

In questo capitolo desidero definire cos’è la resilienza, la relazione con la vulnerabilità, il trauma e le strategie di coping, nello specifico contesto del Terremoto aprendo la visione anche ai fattori di protezione

5.1 La resilienza: quali risorse per aumentarla (23)

In un linguaggio strettamente scientifico la parola resilienza designa la capacità di un materiale di sopportare sforzi applicati bruscamente, senza rompersi e senza che si propaghino fessure all'interno; il suo contrario è la fragilità.

In ambito psicologico la resilienza può essere definita come il processo che permette la ripresa di uno sviluppo possibile dopo una lacerazione traumatica e nonostante la presenza di circostanze avverse.

Malgrado le innumerevoli difficoltà, l'uomo ha sempre mostrato potenzialità di intelligenza, d'ingegnosità, di reazione positiva di fronte alle difficoltà, alla miseria, alle malattie, alle oppressioni subite.

La resilienza propone di non ridurre mai una persona ai suoi problemi, ma di chiarire anche le sue potenzialità. Si tratta di un approccio difficile, non tanto per le azioni che comporta, ma perché richiede di modificare parte dei presupposti culturali, valoriali e teorici sottesi alla presa in carico e cura: ciascuno deve poter trovare dentro di sé delle soluzioni, ovvero divenire responsabile del proprio processo di cambiamento.

La resilienza non è solo una capacità connaturata dell'essere umano, ma si sviluppa in relazione all'ambiente, in un contesto di fattori che contempla la persona, la famiglia, le strutture socio-sanitarie ed educative, la comunità e i valori che una società esprime.

Una delle caratteristiche più interessanti che emerge dagli studi sulla resilienza è proprio la capacità di trasformare **un'esperienza dolorosa in apprendimento**.

L'evento traumatico, che in molti casi rischia di far rinchiudere la persona nella condizione di dolore, può divenire motore di cambiamento possibile.

La storia dell'umanità è piena di esempi di persone resilienti, che nonostante condizioni di vita estreme sono riuscite a resistere, a far fronte e a costruire positivamente la propria vita, invertendo un circolo che poteva far presagire il peggio.

Focalizzare l'attenzione sulla resilienza implica un cambiamento di sguardo sugli eventi che caratterizzano la natura e la condizione umana. Richiede di indagare e comprendere la dimensione della vulnerabilità.

Si tratta di incontrare la sofferenza, accettarla e trovare forme di elaborazione che permettano alla persona di integrare le risorse con i limiti.

Non significa negare il dolore ma riflettere su una condizione che è quasi un dato di fatto nella vita di ognuno.

Questa prospettiva sposta l'attenzione verso la ricerca degli indicatori e fattori di resilienza. Come hanno fatto alcuni bambini a fuoriuscire dalla loro condizione? Che cosa hanno avuto intorno? Come mai qualcuno ci riesce, mentre altri non hanno e non trovano la forza di sormontare le difficoltà?

La resilienza apre nuove vie fra coloro che si occupano della presa in carico e cura delle situazioni di vulnerabilità.

La presenza e la constatazione di un processo resiliente richiama la necessità di migliorare i percorsi di aiuto e di indagare in modo approfondito sulle condizioni che favoriscono la resilienza nelle persone.

Dal lavoro svolto nel percorso di counseling con i gruppi di volontari e vittime del Sisma nei focus group è emerso che incontrare il trauma definisce i due volti della medesima medaglia: *vulnerabilità e resilienza*.

Resilienza- Vulnerabilità due situazioni connesse, l'origine e la nascita di resilienza trae la sua fonte proprio nella crisi, nel trauma.

L'etimologia della parola *vulnerabilità* deriva dal latino *vulnus*, che significa ferita e che può condurre ad altre parole quali lesione, strappo, bruciatura, o ancora una ferita rimarginata che comporta delle cicatrici, **con il terremoto questo è stato ben chiaro ed evidente**.

L'animo umano quando è ferito funziona un po' come la pelle. Quando il sistema si rompe, si entra in una fase di confusione e di disorientamento che rappresentano per l'individuo una concreta minaccia al mantenimento del proprio equilibrio interiore.

La crisi rappresenta una rottura: non si è più quelli di prima, ma cosa si diventerà non è ancora dato saperlo.

Il termine crisi deriva dal greco *krisis*, che significa scelta, scegliere significa assumersi la responsabilità di intraprendere una strada piuttosto che un'altra e soprattutto perdere in modo irreversibile qualche cosa per acquistare qualcos'altro.

Le crisi possono essere assunte come dei momenti di passaggio e trasformazione in cui significa fare i conti con la modifica dell'immagine di sé che si è costruiti ed anche del contesto in cui si è soliti agire.

Le crisi possono essere assunte come elementi di ricchezza, generatrici di nuove esperienze, esse sono da considerarsi come passaggi e situazioni che immancabilmente si incontrano. Ed è stata la testimonianza che è arrivata da più parti nei gruppi di lavoro impegnati nell'assistenza durante i momenti di debriefing e confronto nei focus group multidisciplinari

Desidero citare una frase emblematica di uno dei ragazzi del focus group *giovani volontari*:

*“Per fortuna che è arrivato il terremoto
così ho scoperto quante cose sono capace di fare
ora sono diverso: nulla mi coglierà più impreparato.”*

Nel lavoro dei volontari impegnati nell'accoglienza, supporto e assistenza sul piatto della bilancia si è messo un quantitativo smisurato di paura, sicurezza, certezza, controllo, potenza, divisione e competizione, ed il grande lavoro di rielaborazione e **riformulazione** ottenuto con il processo di counseling ha permesso di bilanciarlo con altri ingredienti quali speranza, gioia, fiducia, umorismo, semplicità, incertezza, dubbio, scoperta, sperimentazione, leggerezza.

Questo è stato un fattore importante che ha permesso di aumentare la resilienza individuale e di gruppo, inoltre la visione a posteriori dell'emergenza ha introdotto meglio la differenza tra fragilità e vulnerabilità.

Con questa ricerca nel post sisma sono emerse inoltre le fragilità del sistema, constatare che siamo fragili significa ammettere che abbiamo dei limiti, che ciascuno è un frammento, una particella che si muove nel pianeta e che siamo esposti al rischio di romperci o di rompere le connessioni che danno senso alla nostra esistenza.

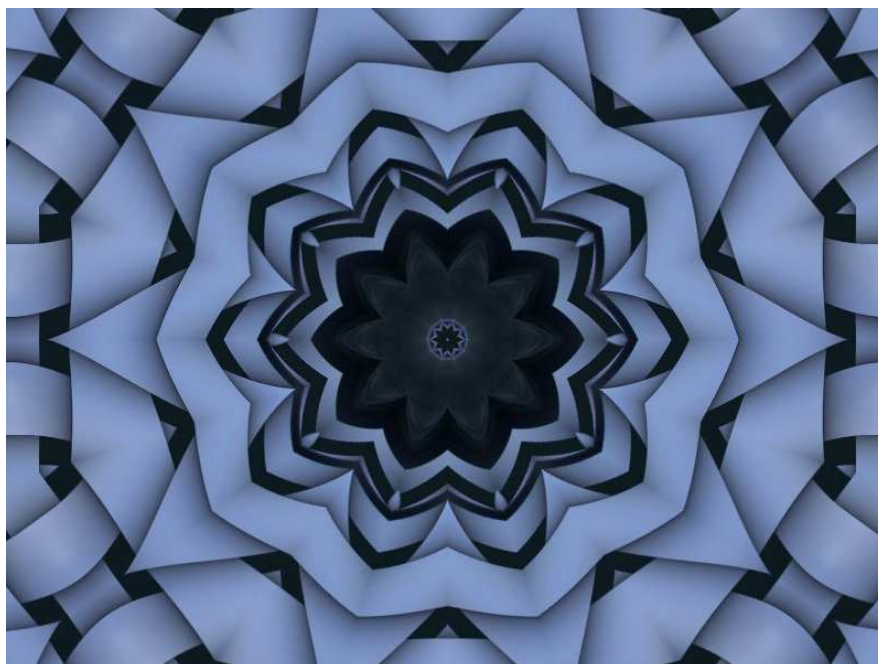
Un altro fattore che è servito ad aumentare la resilienza è stata l'accettazione di questi limiti costituzionali, dall'accettare da parte di tutti, potremmo dire in modo incondizionato ovvero percepito come un dato di fatto, si è ripartiti per quella che è una nuova visione dei limiti stessi.

Lo studio delle risposte messe in atto dalle persone di fronte a tale calamità ha mostrato la diversità di riscontro di ognuno ed ha indicato che questo ambito non può rimanere circoscritto ad un approccio centrato sulla calamità stessa o sull'eventuale non adattamento, ma deve essere visto in modo olistico (dal greco Holos il tutto).

Una comunità consapevole delle proprie fragilità è FORTE, perché conosce le sue debolezze e si adopera per migliorare e proteggere le parti più esposte al rischio di rottura, di indebolimento

Ma naturalmente sa individuare anche i propri punti di forza e li valorizza, li coltiva, gli dà una forma.

Il caleidoscopio delle risorse



Individuare e mettere in luce risorse e potenzialità insite in ogni esperienza, creare nuove forme, nuove sinergie

5.2 Coping: quali le strategie (24)

Il concetto di coping, che può essere tradotto con “fronteggiamento”, “gestione attiva”, “risposta efficace”, “capacità di risolvere i problemi”, indica l'insieme di strategie mentali e comportamentali che sono messe in atto per fronteggiare una certa situazione.

La capacità reattiva dell'individuo ai vari stimoli provenienti dall'ambiente determina l'influenza che ha questo sull'individuo. Quanto meno siamo capaci di affrontare adeguatamente le situazioni che incontriamo, maggiore sarà la nostra dipendenza da esse.

Il grado di reattività dipende infatti dal coinvolgimento con i fattori esterni e cambierà in relazione al tipo di stimolazione che si riceve: alcuni stimoli ci portano ad essere più svegli, altri non ci colpiscono o non ci interessano affatto.

Tale capacità di reazione di un individuo è molto elastica e variabile e quindi non possiamo affermare che esistano soggetti totalmente passivi e rassegnati, ed altri attivi e anticonformisti. E' utile sapere, dunque, che tutti abbiamo la possibilità di migliorare la capacità reattiva. Tutti possiamo sviluppare proprie abilità di coping.

Il concetto di coping è stato creato nell'ambito della psicologia negli anni sessanta, dallo scienziato americano Lazarus, professore emerito alla Berkeley University, che lo ha studiato come un processo strettamente collegato allo stress.

La capacità di coping si riferisce non soltanto alla risoluzione pratica dei problemi, ma anche alla gestione delle proprie emozioni e dello stress derivati dal contatto con i problemi.

Questi due aspetti sono ugualmente importanti ed entrambi possono essere sviluppati : a che servirebbe avere soltanto l'abilità di risolvere concretamente un problema se, al contempo, non fosse presente una buona capacità di gestire le emozioni scatenate? Di conseguenza, è necessario sviluppare sia l'abilità di gestire in modo pratico il problema, sia l'abilità di gestire le emozioni che ne derivano.

Alcuni soggetti, a fronte di contesti ugualmente sfavorevoli, hanno presentato risorse efficaci, altri hanno fatto emergere lo sconforto e la rassegnazione, pur aprendo delle prospettive risolutive.

Molti hanno testimoniato forme di aggiustamento apparentemente inesplicabili.

Ne consegue che il coping è una strategia fondamentale per il raggiungimento di soluzioni efficaci ma anche di benessere e presuppone un'attivazione comportamentale dell'individuo, che lo renda protagonista della situazione e non soggetto passivo.

Nei vari **campi allestiti per il soccorso e l'accoglienza** il co-protagonismo sia dei volontari che delle vittime ha infatti reso possibile queste strategie, la valutazione nei contesti di debriefing ha portato alla luce una serie di strategie che si possono così riassumere:

Sintonizzazione delle motivazioni (uscire dal disagio nel più breve tempo possibile, raggiungere tutti, ecc)

Definizione di valori comuni (riconoscersi nella reciprocità dei valori anche tra etnie diverse)

Ritrovarsi sul metodo

Riconoscere l'appartenenza (le appartenenze al territorio e il senso di responsabilità nei suoi confronti)

Darsi una struttura organizzativa (leggera, ma funzionale e compatibile con tutti i soggetti e ruoli presenti nel micro e macrosistema)

Sviluppare la creatività ed aumentare i momenti ludici

Darsi un programma (che si poteva "*sprogrammare*")

Verificare i risultati (le ricadute, i risultati non previsti) e le modalità di intervento

Comunicare quel che si fa per rendere conto, per far sapere, per diffondere una cultura

Da qui si è attuata la Generatività dell' empowerment

Il coping e l'empowerment sono determinati rispettivamente da due fattori: il primo dalle caratteristiche ed il secondo dal contesto sociale. Entrambi i fattori favoriscono l'incremento e la gestione delle risorse personali, promovendo, così, un miglioramento della propria condizione ed un positivo coinvolgimento sociale. Questo quello che molte delle testimonianze raccolte nel post evento ci hanno confermato, dove l'individuo è stato partecipe in modo attivo, della realtà nella quale stava vivendo.

23 Tesi di Marinella Locatelli Costruire resilienza nei contesti di Emergenza Sanitaria "*il ruolo del counselor*"

24 Analisi dei Focus Group tratto dal libro *Dalla Paura al Risveglio* ORV Emilia Romagna

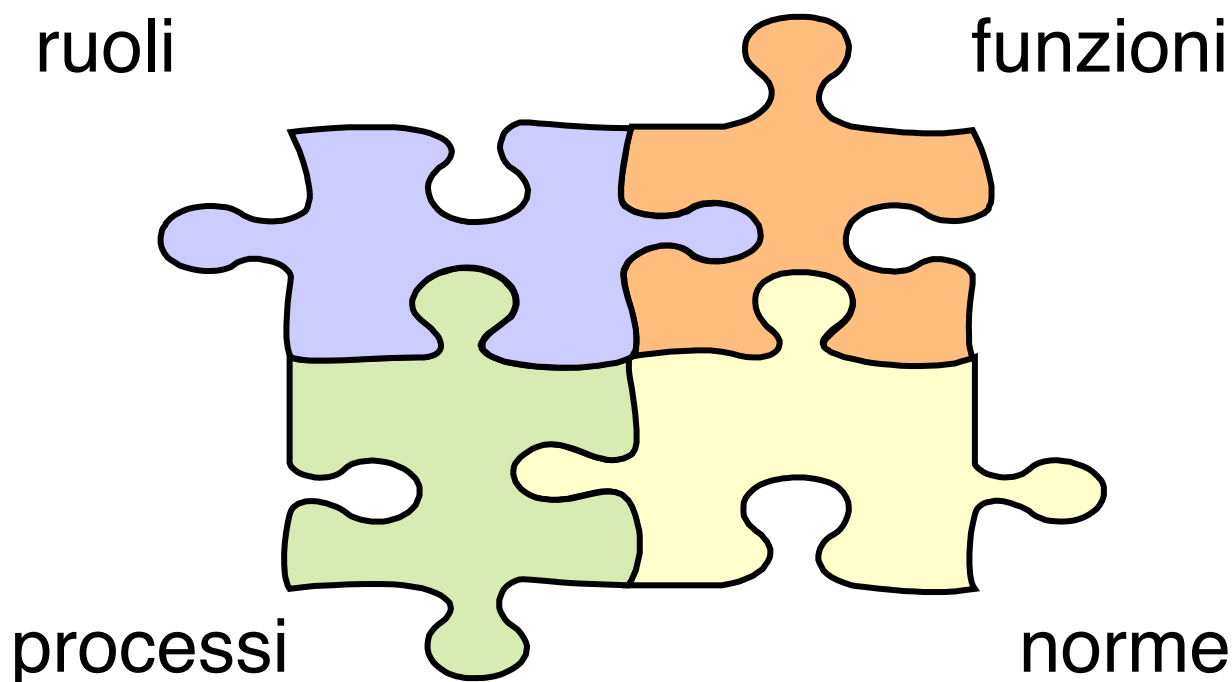
5.3 L'importanza della rete e delle relazioni (25)

Il terremoto è stata occasione per riequilibrare le relazione tra ruoli e competenze

Gli elementi in gioco in ogni organizzazione hanno molto a che vedere con le congiunzioni, collaborazioni e sinergie tra soggetti vari, molte testimonianze durante i workshop ed i focus group hanno affermato questo.

Quali i tasselli di un gruppo organizzato di lavoro:

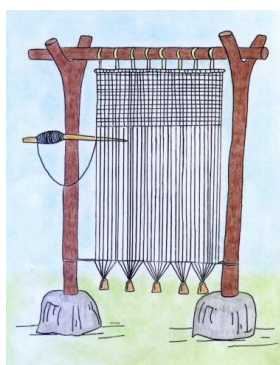




In tutto questo il ruolo trasversale del processo di counseling di comunità ha agito in maniera egregia soprattutto alla luce delle risorse e potenziali latenti già elaborati nei capitoli precedenti, questo schema valutativo elaborato da un quadro di sintesi degli intrecci attivati nel lavoro del volontariato, dei professionisti e delle Istituzioni.

Il volontario quando entra in un sistema deve collocarsi nell'ambito delle regole organizzative aziendali e deve altresì essere sufficientemente consapevole delle problematiche economico-organizzative dominanti. (cfr Etica per le professioni n. 2/2011 pag. 57)

L'organizzazione del gruppo di lavoro integrato nel Sisma, per tutti ha rappresentato la scena in cui si è realizzata l'opera lavorativa, l'insieme delle modalità attraverso le quali le persone si pensano, s'immaginano, si legano, nel rendere concreto il sistema di finalità, obiettivi, significati legati al lavoro da realizzare, come ben esplicitato nel testo di (G.Braidi, *Conoscere e condurre i gruppi di lavoro*).



L'organizzazione di fatto costituisce una rete sociale in cui si generano progetti condivisi di valori:

■ VALORI CULTURALI

■ VALORI AFFETTIVI

■ VALORI SOCIALI

■ VALORI TECNICI

■ VALORI ETICI

■ VALORI ECONOMICI

“L'unica linea guida che ricordo era il buon senso ... altre non ce n'erano perché davvero ci siamo trovati in una situazione in cui nessuno di noi aveva mai immaginato di trovarsi.

Non intendo solamente il fatto che nessuno di noi si aspettava il terremoto. Mi spiego meglio.

Sapevamo tutti che quando viene un terremoto crollano delle case, muoiono delle persone, per lo meno questa era la mia percezione. Ho pensato spesso in quei giorni a come in precedenza avevo reagito quando arrivavano notizie di terremoti; per esempio con il terremoto de l'Aquila mi sono dispiaciuto per quello che era successo, guardavo le immagini in Tv, ma vedevo solo i problemi del crollo delle case e della gente fuori al freddo.

Ma il terremoto non è questo, il terremoto è un'altra cosa, è una cosa che ti costringe a pensare non solo ai muri crollati, ma a dire “adesso che cosa facciamo?” E' questo il punto nodale che si stacca già dalla notizia della disgrazia, ed è questo a cui non eravamo preparati.

Il terremoto ci ha fatto capire anche quante barriere avevamo tutti i giorni. Io non me ne rendevo neanche conto perché avendo sempre lavorato in quel modo lo davo per scontato, invece mi sono reso conto che lavorare con queste barriere tra di noi ci porta via molta energia: se tutta quella energia lì la canalizzassimo in un altro modo staremmo tutti meglio. Quanta fatica faccio a fare il mio lavoro (e vale per tutti), perché devo superare l'ostilità di questo o di quell'altro che magari ti dice di no perché è davvero no, ma altre volte dice no perché se mi dice di sì dimostra debolezza.

Ho questo pensiero su quell'esperienza. Le nostre risorse, anche quelle di comunicazione, di informazione, di coordinamento e disponibilità reciproca, in quel parcheggio bruciato dal sole le abbiamo utilizzate nel modo giusto.

Là dove c'era un parco o un prato disponibile, molte persone hanno deciso di stare, mettere dei camper per sentirsi più vicini alle loro case. Quello che è successo è che purtroppo una volta tolta l'inagibilità agli edifici gli operatori hanno ricominciato a dire 'questo ufficio è mio, 'questo studio è mio e ci sono stati i soliti litigi...

Sarebbe davvero una conquista, secondo me uno che trovasse la chiave di quella serratura lì, sarebbe da premio Nobel.”

Testimonianza del direttore distretto sanitario di Mirandola tratta dal libro: **“Dalla paura al risveglio”**

“L’unica cosa positiva del terremoto è che tra tutti quelli del PMA si è creata un’amicizia bellissima, magari persone delle quali hai sempre sentito solo il nome finalmente vengono associate ad un volto e soprattutto non importa a nessuno se sei un medico, un tecnico o un volontario: si sta insieme, si ride e si scherza sdrammatizzando l’accaduto e andando avanti INSIEME! Per cui non c’è da stupirsi se un giorno ti trovi a mangiare fianco a fianco con il tuo primario, qualche ortopedico e i tuoi colleghi per di più su una barella. Incredibile. Non esistono praticamente più i reparti, tutti conoscono tutti e spesso ci si dà del tu.”

Testimonianza di un tecnico di radiologia di un ospedale da campo
Tratta dal libro “Dalla Paura al Risveglio”

Queste due testimonianze mi riportano alla definizione che riporta il testo () di **Rete sociale e benessere sottolineando** il benessere come condizione della vita inclusiva di elementi materiali, sociali e spirituali, una sorta di equilibrio organico, psicologico e relazionale.

Il benessere sociale poggia su due pilastri: quello istituzionale e quello informale, ciò che serve ad una persona proviene solo parzialmente dai servizi formali(erogati dallo stato) tutto il resto dipende da persone significative con cui il soggetto è in relazione, ovvero dalla **rete sociale**.

Anche queste due definizioni che riporto qui di seguito:

Una rete sociale è *“Un’associazione di individui e gruppi legati insieme in un sistema interconnesso”* (Piccardo, 2000 p. 181).

La rete rappresenta *“Una costruzione mentale necessaria a rappresentare nessi tra sistemi o tra sistemi e persone”* (Moranti, 2004, p. 58)

Mi danno la prova di essere a mia volta un piccolo anello di una grande catena e nello stesso tempo mi fa sentire orgogliosa di rappresentare un tassello del grande mosaico della solidarietà che si muove in questo pilastro informale.

Ho apprezzato questo lavoro ed i testi sui quali mi sono basata perché mi hanno dato delle prove di come io sono in quanto persona e maggiormente di come sono in relazione, ovvero *“il mio Sé in relazione”*.

Capitolo VI

Una nuova Visione della Dimensione Emergenza

Attraverso il lavoro di ricerca svolto, oltre a mettere a fuoco potenzialità, risorse, criticità e aspetti strategici come spiegato nel capitolo precedente, si è prestato grande attenzione alla ri-scoperta del *“valore dei sentimenti”* soggettivi, fatti emergere e trasformati in nuove risorse e competenze al pari degli strumenti tecnici ed oggettivi
Proseguendo su questo filone di ri-scoperte si è aperto l’orizzonte *“indossando”* occhi nuovi per ridefinire la dimensione *“Emergenza”* alla luce dell’esperienza.

6.1 Il sapere dei sentimenti attraverso il processo pluralistico integrato

Sul piano delle relazioni è molto importante dare il giusto valore agli aspetti dei sentimenti, già la cultura greca aveva questa inclinazione: nella prima esperienza di poesia lirica si contempla non tanto il mondo esterno, al di fuori di sé, ma la propria sensibilità, i moti **dell'anima**, dentro di sé.

Il poeta lirico scopre in sé stesso e nell'umana esistenza l'io-mente e, insieme, l'io-sentimento: pensare e sentire procedono insieme. Si esprime così una nuova *sapienza* che pone l'esperienza esistenziale al centro di un rinnovato desiderio di esplorarla. (25)

La tragedia greca è la più alta espressione del mondo interiore vissuto attraverso i sentimenti; invita a riflettere sul senso della vita, a chiedersi il motivo di tale destino.

Ritengo necessario portare l'attenzione su questi temi, che sembrano appartenere ad un passato forse fantasioso, ma inevitabilmente vero se lo caliamo nel vissuto dei giorni del terremoto, dove la tragedia era oggettiva e ben chiara a tutti ed i sentimenti sono usciti in modo ponderale.

Attraverso l'approccio pluralistico integrato si è saputo come sviluppare nell'altro auto-realizzazione, spirito euristico, capacità esplorativa, creatività relazionale.

Si è dato forma al "*sentire*": il valore formativo del sentire consiste in un apprendimento di sé, non si tratta, è evidente, di un apprendimento misurabile e statico, quantitativo e scambiabile, ma - avendo a che fare con gli abissi e le vette dell'esistenza - è propriamente identificabile come sapienza di vita, cioè come capienza ed espansione di essere. (26)

Io penso che con queste precisazioni tratte dal libro: il sapere dei sentimenti della pedagogista Vanna Iori, sia opportuna una riflessione sul senso dei sentimenti nel lavoro di cura, sia dei volontari che dei professionisti; non si guarda alla cura come "prestarsi a", ovvero uno sporgersi fuori di sé offrendosi in dono agli altri, ma implica, prima di ogni altra cosa l'aver a cuore il senso della propria esistenza, il predisporre a farsi reali protagonisti di un'attenzione alla cura di sé, al centro della quale sta la scoperta dell'altro.

E' stato permesso un continuo approccio dinamico tra individuo-contesto, figura-sfondo, e viceversa in un processo circolare di sviluppo individuo- comunità.

Le emozioni ed i sentimenti si sono dimostrati autentici strumenti di conoscenza e di crescita personale altrettanto significativi quanto lo sono gli strumenti tangibili e concreti.

Le relazioni umane, gli affetti ed i sentimenti si spiegano come congegni fisiologici e sociologici. (27)

Esistono nuove teorie sulla fisica dell'atomo che parlano dell'atomo sociale come l'unità sociale non ulteriormente divisibile a cui un individuo partecipa per soddisfare il proprio

bisogno di espansione affettiva. Ogni individuo può riconoscersi in un numero indefinito di atomi sociali, così come sono indefiniti i criteri secondo cui egli può specificare gli atomi sociali cui appartiene. Può trattarsi della famiglia, dell'ambiente di lavoro, del club sportivo, del gruppo parrocchiale, degli amici del week-end, e così via. **(nel caso emiliano ci si è identificati nella comunità colpita dal SISMA)** Miriadi di atomi sociali s'incrociano, s'intersecano e si moltiplicano nel corso di una vita umana; ognuno di noi è protagonista ed artefice della formazione, della crescita, della molteplicità, della dissolvenza e della rinascita di tutti gli atomi sociali che si compongono e scompongono nel caleidoscopio dell'universo umano. Si può dire che un atomo sociale è giunto ad una struttura significativa per un dato individuo, quando fra questi e le altre persone presenti nella stessa unità sociale si sono stabilite relazioni emozionali reciproche. Un atomo sociale non è una semplice costruzione della mente: è una reale rete di energia che si irradia da ogni individuo, e ritorna ad esso in un continuo movimento determinato dalle mutevoli forze di attrazione e repulsione presenti in ogni momento della sua esistenza.(28)

Vorrei riportare qui di seguito l'epilogo della scrittrice al suo libro: "Quando i sentimenti interrogano l'esistenza" il primo della collana "Aver cura della vita emotiva"

" Il lavoro educativo, sociale e sanitario è denso di emozioni e sentimenti. Questo libro propone ricerche ed esperienze sul senso, spesso smarrito o taciuto, dell'affettività come struttura fondamentale dell'aver cura. Questo volume trova nella prospettiva fenomenologia-esistenziale l'orizzonte di riferimento per cogliere e legittimare la dimensione emotiva nelle professioni dove l'agire è in stretta connessione con il sentire.".....

Vanna Iori

25 -26 -27 Quando i sentimenti interrogano l'esistenza Vanna Iori collana aver cura della vita emotiva Guerini e Associati editore 2006

28 Scienza e Conoscenza n. 49 - rivista trimestrale (Nuove Scienze, medicina non convenzionale, consapevolezza)

6.2 L'esperienza vissuta in chiave immaginativa e il pensiero creatore

"Bisogna voler sognare e saper sognare"

Baudelaire

Durante i focus group con i volontari e gli amministratori degli enti pubblici dei vari territori colpiti sono stati creati dei momenti di racconto ed esplorazione di come i fatti si sono succeduti e di come invece li avrebbero immaginati ed ancora come si poteva immaginare un futuro alla luce di quanto era accaduto.

Tutto ciò trae una sua valenza se poniamo un'adeguata riflessione sul significato che si può attribuire all'Immaginario,

L'Immaginario perché? (29)

Perché allargando il campo della realtà esistente e mettendoci nella condizione di accogliere arriva ad abbattere le divisioni tra l'io ed il mondo; **nel caso del sisma**, ha aiutato ad immaginarsi in modo diverso nella calamità.

"L'Immaginario opera una salubre rimessa a nuovo dei rapporti tra l'io ed il mondo e tra l'io e l'esperienza. Nello stesso modo, promuove dei nuovi approcci all'io ed al mondo, apre la via a dei nuovi modi di conoscere che non hanno niente di empirico, obbliga ad inventare dei nuovi linguaggi in presa diretta su un soggetto ed un oggetto in continuo movimento, ma capaci anche di superare le frontiere tra le diverse discipline.

I processi dell'Immaginario di vari soggetti con varie competenze, potrebbero in effetti veicolare dei materiali molto meno disparati di quanto non si sarebbe tentati di credere, qualunque siano gli orientamenti, e non è uno dei minori meriti dell'Immaginario quello di permettere così l'osmosi delle diverse discipline, sostenendosi le une alle altre ed arricchendosi le une dalle altre, sostituendo il semplice trasferimento di competenze e di saperi, a cui si fa grande caso oggi, con uno scambio dei saper-essere inseparabili ormai dai saper-fare.

Immaginario perché? Una altra risposta che potremmo pensare: Quando l'Immaginario non contento di innovare altri percorsi, di aprire altri spazi, di stabilire altre comunicazioni con campi che si credevano fino ad allora privati e tra campi che si credevano fino ad allora estranei l'uno all'altro, ci insegna che non c'è esperienza del mondo che non sia anche **esperienza di sé**. Le vere strade della conoscenza, conoscenza del mondo e conoscenza degli altri, passano dall'interno, come diceva già Novalis, ancora una volta si afferma che non c'è autentico sapere che non sia segnato dal vissuto – non come una tara a cui bisogna rassegnarsi ma come una cifra che è opportuno rivendicare.

29 Trattato di Cristina Bellato Psicologa e psicoterapeuta ITP

Ed è proprio questa possibilità di far emergere qualche realtà supplementare, e che si chiama creatività, che apporta un'ulteriore risposta alla questione di sapere a cosa serve l'Immaginario o almeno quale uso fare delle logiche che gli sono proprie.

L'Immaginario permette di realizzare, di mettere in opera, in modo più largo e su più grande scala, una strategia di più vasta apertura che non si accontenta solo di lasciare di colpo il campo rassicurante del conosciuto ma avvia nel tempo un distacco più radicale con la realtà di prima.

In effetti durante le simulazioni nei workshop, messi in atto con alcuni gruppi di volontari si è stesa una regia per una rivisitazione del percorso fatto alla luce di tecniche immaginative poi messe in scena e agite come reali.

L'Immaginario, dal momento che i suoi processi si inscrivono subito in un divenire che non si prolunga se non trasformandosi, invita ad instaurare delle autentiche strategie di sviluppo e dunque di trasformazione, sia dell'essere che del gruppo.

Diventa il motore dello sviluppo e fornisce anche gli incentivi dello sviluppo
(l'immaginazione è inizialmente capacità di apertura)

Questa strategia di sviluppo, di trasformazione, questa metamorfosi mai conclusa, il creatore la conosce bene dato che immediatamente la utilizza insieme per se stesso e per la sua opera.

Quanto sopra teoricamente citato in merito al concetto dell'immaginario è stato emblematico alla chiusura del percorso dei focus e delle interviste: Molti gruppi di volontariato hanno delineato delle nuove aree di intervento e di formazione, stabilendo dei criteri di coinvolgimento della popolazione a 360 gradi.

Sono iniziati percorsi di prevenzione nelle scuole, hanno creato dei protocolli di intervento in cui sia protezione civile che altre forme di volontariato dovevano seguire dei modelli formativi congiunti.

Hanno continuato questo percorso di ascolto e confronto fra soggetti impegnati nel soccorso e nell'assistenza costituendosi in gruppi di auto-aiuto.

La tecnica immaginativa ha molti aspetti affascinanti e soprattutto oggi sta riscontrando dei feedback interessanti da parte delle teorie scientifiche che operano ricerche nel campo della mente.

L'immaginario si genera attraverso il pensiero, il quale è impulso di energia e informazione che condiziona tutti gli stati della materia e della non materia. Si producono ogni giorno fino a 200.000 pensieri. Ogni pensiero dà un risultato.

Siamo tutti corpi *pensanti* in un universo pensante, nello stesso modo in cui le molecole del nostro corpo sono proiezioni del pensiero, anche gli impulsi di energia e informazione si proiettano nell'ambiente sotto forma di eventi spazio temporali.

Ecco dunque che il pensiero condiziona tutto il nostro mondo e quindi le nostre relazioni. Energia ed informazione in continuo scambio reciproco producono l'atteggiamento nei confronti della vita.

La formulazione di un pensiero genera neuropeptidi (molecole che producono una trasmissione nervosa) che interessano tutto l'organismo.

Il pensiero invia messaggi chimici alle cellule e alla coscienza, oggi la fisica dei quanti parla di campo quantico della mente ed ha l'obiettivo di dimostrare, grazie alle più stimolate ricerche scientifiche, come la mente possa influire sulla realtà e sulla materia stessa.

Qualche anno fa poteva sembrare utopia affermare che la mente, il pensiero e l'intenzione potessero influire sugli eventi del quotidiano, sulle persone o addirittura modificare la materia, ma oggi la comunità scientifica internazionale si sta aprendo a questi nuovi orizzonti.

Devo constatare che l'esperienza mi fa propendere per una conferma di tutto ciò anche se per me, che non ho studi di tal genere, non può che restare una percezione intuitiva molto forte che comunque trova basi sicure nell'attuale scienza: la nuova biologia, branche della medicina non convenzionale e la fisica quantistica ci dicono che **non esiste separazione, ma un'unica realtà fatta di energia che comprende tutti e tutto.** (30)

Ma già le filosofie orientali.....

***Quello che oggi siamo
viene dai nostri pensieri di ieri
e i nostri pensieri di oggi
determinano ciò che saremo domani
tutta la nostra vita dipende
da concezioni della nostra mente.***

Dhammapada – libro Buddista

E gli antichi filosofi.....

"Ciò che concorda nel tono, vibra assieme!"
(Confucio)

6.3 Il terremoto come opportunità di crescita e ri-scoperta

A tal proposito apro con una testimonianza di due giovani della zona del "cratere" che hanno fondato una radio (31)

"Io vivevo in tenda in questi tendati spontanei che si formavano nei parchi cittadini, si stava spesso insieme, si parlava di più, anche perché non c'erano più le nostre stanze dove magari potevamo stare al computer, e stando lì ho pensato. *"ma se noi riuscissimo a comunicare questa cosa anche a chi è lontano e il terremoto non l'ha vissuto in prima persona non sarebbe fantastico?"*. Avevo visto qualche film come Radio Freccia e altri e l'ho proposto ai miei amici, alla mia compagnia di sempre e l'idea per fortuna è piaciuta e ci siamo attivati. Abbiamo visto cosa si poteva fare e inizialmente, come avrete visto su MTV, siamo andati da radio che esistevano già per capire di cosa c'era bisogno per poter partire: un microfono, un mixer ecc e pian piano ce l'abbiamo fatta. Soltanto così riesci a dare una finalità alle tue capacità, senti di poter usare ciò che hai, le tue competenze.

A Cavezzo prima del terremoto non c'era niente da fare, si stava tutto il tempo al bar a non far niente e questo è ciò che di solito vivono i giovani anche nei paesi qua vicino. Con il sisma io sono uscito dalla mia stanza e ho scoperto un mondo ... ti rendi conto che tu non sei le cose che hai, tu non sei la tua casa o i tuoi vestiti o il tuo cellulare. Tu sei un animale sociale e interagire con gli altri ti fa stare bene, ci puoi trovare anche molte risposte, è una cosa fondamentale.

Laura

Secondo te è stato il terremoto a spingerti in questa direzione?

Enrico e Eugenio

Non lo so, il terremoto ci ha fatto arrivare prima a una determinata cosa, ci ha scosso. Ci sono persone che questa scossa non ce l'hanno in tutta la vita mentre ad altre persone le cose arrivano più tardi. Sicuramente il terremoto è servito a rimettere tutto in gioco, a farti ribaltare. Noi siamo anche giovani e penso che questo sia anche più facile che accada, magari una persona adulta fa anche più fatica.

Ci sono poche parole da aggiungere in quanto il concetto è chiaramente ben spiegato nel narrato sopra, come la scossa della terra sia stata anche la scossa dell'animo e del sé più profondo, una ri-scoperta di saper fare e saper essere: *"ti rendi conto che tu non sei le cose che hai, tu non sei la tua casa o i tuoi vestiti o il tuo cellulare!"* questo è molto importante, a volte serve un grande ostacolo o dramma per ri-scoprirsi ed uscire dalla identificazione con le cose che possediamo o che facciamo, prima di avere bisogna essere questa importante consapevolezza è emersa a più voci.

In questi incontri nei gruppi i volontari si accalorano, si commuovono nel descrivere quello che si sono ritrovati a fare: raccontano che in questo loro fare per gli altri hanno trovato un senso, sia pur parziale, a quello che stava succedendo, una continuità con il posto in cui si vive, con la cultura che si respira fin da piccoli, pur all'interno di un evento traumatico e certamente inatteso come questo.

31 tratto dal libro "Dalla paura al Risveglio" ORV Emilia Romagna

Sembra importante per il volontario, l'amministratore, il giovane che ci offre la sua storia del terremoto intrecciare quello che è avvenuto con un percorso temporale, **in cui c'è un prima e un dopo terremoto.**

Accanto alle immagini terribili del terremoto, fatte di case, campanili, mura crollati, vediamo a tratti baluginare qualche elemento di speranza, un possibile sollievo, tentativi di ridare fiato a una normalità **che ora ha un sapore e un colore diverso.**

Un sollievo legato al sentirsi appartenenti a una terra speciale, a una comunità **ri-scoperta** anche grazie a un simile evento: "per noi **"il dopo terremoto"** è **meglio** perché abbiamo conosciuto gente che pur vivendo nello stesso territorio non conoscevamo prima". Questo incontro/conoscenza con le persone della propria comunità, ha offerto ai volontari tante possibilità di apertura agli altri: "il bisogno è diventato più grande e occorre essere ancora più preparati e pronti professionalmente.

Dobbiamo crescere di più ed essere più pronti perché sono cambiati gli utenti"; **"c'è maggiore fragilità nei volontari e di questo bisogna tenere conto". (32)**

Faccio ancora una similitudine con **L'Aquila** portando un estratto dal libro di testimonianze: *Arischia per non dimenticare Pensieri parole, lacrime* edito da ASPIC, una breve parte del prologo di Claudia Montanari:

*"In questo difficile lavoro i nostri operatori sono stati supportati dalla stessa comunità. Negli occhi, talora impauriti, spesso confusi, ancor più spesso arrabbiati, ho scoperto **la vera essenza della resilienza.** Questo concetto astratto che i manuali di psicologia definiscono come la capacità umana di affrontare le avversità della vita, superarle e **uscirne rinforzato.**"*

*Grazie di cuore a queste persone che hanno fatto ricorso a tutte le proprie risorse e capacità per aiutarsi e per aiutare i propri **compagni di branda!**" (33)*

Claudia Montanari

32 Analisi Focus group tratto dal libro " *Dalla Paura al Risveglio*" ORV Emilia Romagna

33 Arischia, per non dimenticare: pensieri , lacrime, ricordi - testimonianze sul sisma che ha colpito L'Aquila il 6 aprile 2009 edizioni scientifiche **ASPIC 2009**

CAPITOLO VII°:

Verso un progetto evolutivo di Comunità

7.1 La Comunità rafforzata e coesa: concetto di Empowerment (34)

Nella Comunità emiliana romagnola ben si è evidenziato, come già emerso nelle parti precedenti il costrutto di *empowerment*.

Questo è uno dei temi prioritari della psicologia di comunità ed integra in modo innovativo gli apporti teorici di: psicologia sociale, ambientale, teoria dei sistemi e psicologia clinica; opera una buona mediazione tra la dimensione individuale e quella socio-politica.

Il termine *empowerment* deriva dal verbo *to empower*, traducibile come 'favorire l'acquisizione di potere, rendere in grado di'.

La traduzione italiana non mantiene tuttavia la ricchezza semantica del termine inglese, il quale designa contemporaneamente un 'processo' (il percorso di *empowering*) ed il suo 'risultato' (lo stato *empowered* acquisito).

Ritengo per mia esperienza personale che tale concetto per essere compreso fino in fondo debba essere costantemente abbinato ai propri vissuti, cosa che nell'esperienza con i volontari del Sisma è stata fatta attraverso il percorso di counseling passo dopo passo nelle loro narrazioni nei focus group attivati ecc..

Il concetto di empowerment è presente a partire dagli anni Sessanta in diversi ambiti:

- nella letteratura politica
- nell'area medica e psicoterapeutica
- nell'area della pedagogia per adulti
- nell'area della psicologia di comunità.

E merita un rispecchiamento personale importante perché entri a far parte del proprio bagaglio di conoscenza nel profondo e non solo come parte teorica che arricchisce la propria cultura.

Nel lavoro di ricerca si è fatto costantemente lo sforzo di integrare la narrazione con un costante collegamento al proprio mondo esperienziale.

E' stato utile per molti dei partecipanti ai lavori per comprendere che tipo di copione si mette costantemente in atto nel proprio modo di affrontare il mondo e le relazioni e di conseguenza anche la crisi del terremoto

Nella definizione di **Kieffer** (1982): viene visto come un processo tridimensionale, che include:

- **sviluppo di un senso di sé più potente (in rapporto al mondo)** nel nostro caso nella tragedia del terremoto
- **costruzione di una maggiore consapevolezza socio-politica**
- **reperimento di risorse ed elaborazione di strategie funzionali per raggiungere obiettivi personali/socio-politici.**

Abbiamo visto similitudini nei diversi contesti di azione dei volontari, modi di fare ripetitivi come da copione uguale in tanti contesti soprattutto nell'affrontare situazioni di crisi da parte delle organizzazioni di volontariato di protezione civile che tra loro collaboravano.

Mi viene da pensare che quasi in modo istintivo ed intuitivo hanno messo in essere questo processo di **empowerment** sia per loro stessi individualmente sia per l'ambiente e le persone coinvolte nella conduzione delle iniziative/azioni e progetti nei vari territori del protocollo pro-sisma.

Anche nella definizione di Zimmerman e Rappaport (1988) – si suddividono in tre i livelli del processo di empowerment identificandolo come un concetto 'multilivello', che include:

- **un livello individuale**
- **un livello organizzativo**
- **un livello sociale e di comunità.**

Sono infatti emerse in modo ponderale le dinamiche che si esprimono nei contesti collettivi di cura per il benessere generale.

Molto evidente anche il processo di self-empowerment o (personal empowerment) - di cui **Bruscaglioni (1994)** è uno degli autori più significativi – ed assume come scopo centrale lo sviluppo dell'individuo.

Secondo tale approccio:

- l'empowerment è essenzialmente inteso come acquisizione di nuove *possibilità*
- il soggetto (persona, azienda, gruppo, ...) è protagonista del processo di empowerment, ovvero può auto-gestirlo (non è vincolato/dipendente dall'ambiente)
- il processo è caratterizzato da diverse *fasi*, nelle quali vengono mobilitate risorse differenziate.

Anche in questa spiegazione si sono rispecchiate le persone coinvolte nei soccorsi e nella ricostruzione post sisma in particolar modo nel punto due dove si afferma il protagonismo della persona nel proprio iter di sviluppo e auto-potenziamento.

Ho sempre pensato e sostenuto che il potere soggettivo sia alla base di qualsiasi meccanismo di azione che conduce ad un successo individuale, fermo restando l'importante interrelazione con gli altri e con l'ambiente come in più parti della mia ricerca viene descritto

Tra i vari aspetti qui sotto elencati, che concorrono alla determinazione dell'empowerment alcuni sono più espliciti nel lavoro con i volontari:

- **Locus of control interno** (*ambito di personalità*)

Tendenza del soggetto ad attribuire al sé i risultati e gli effetti del proprio agire (ad avere cioè una percezione attiva del proprio controllo sugli eventi).

- **Auto-efficacia** (*ambito cognitivo*)

Costrutto che deriva dalla psicologia sociale cognitiva.

Il senso di *auto-efficacia* non è una caratteristica innata, ma si sviluppa nel corso della vita attraverso l'interazione con l'ambiente, e nel volontariato è molto presente perché nel fare con e per gli altri molto si impara e si costruisce intorno a sé.

- **Auto-competenza** (*ambito cognitivo*)

Tendenza del soggetto a fare valutazioni positive delle proprie *capacità* e *skills*, relativamente ad un'area specifica di attività/compito.

In altri termini, la percezione soggettiva di aver sviluppato nel corso della vita determinate abilità/competenze in precisi ambiti/domini, anche questo nelle figure apicali delle organizzazioni di volontariato è assai frequente.

- **Motivazione all'azione/partecipazione e controllo degli eventi** (*ambito motivazionale*)

Tendenza del soggetto a sentire volontà/desiderio di partecipare all'azione e di avere padronanza/controllo sui fattori in gioco, anche questo fattore è molto presente nei volontari, come puntualizzato nei passaggi precedenti.

- **Tendenza alla speranza** (*hopefulness* = speranza appresa)

Tendenza del soggetto a credere che variabili/fenomeni/eventi siano gestibili, controllabili e quindi indirizzabili verso esiti migliori.

Opposto di tale concetto è quello di non-speranza (*hoplessness*).

- **Ideologia dell'influenza possibile**

Tendenza a pensare/sentire che le persone, in generale, possano influenzare gli ambienti sociali e che questi tendano a rispondere agli sforzi di cambiamento.

Altre dimensioni strettamente collegate all'*empowerment psicologico* sono:

- **Autostima** (*ambito cognitivo*)

Costrutto concettualizzato in modo diverso da vari autori.

Giusti (1994) ritiene l'*autostima* essenziale per la sopravvivenza psicologica.

Essa è una dimensione complessa, che integra componenti provenienti dall'apprezzamento percepito dall'esterno con ciò che abbiamo interiorizzato e pensiamo di noi stessi (il valore che ci attribuiamo).

Essa dipende:

- dalle aspettative dell'individuo riguardo a se stesso
- dalla raggiungibilità o meno dei 'modelli' di riferimento
- dalla qualità delle relazioni sperimentata nella prima infanzia o durante l'arco dell'esistenza
- dai feedback ricevuti in ambito sociale, lavorativo, affettivo.

E' stato interessante anche constatare il passaggio dal self-empowerment all'empowerment di comunità

Con *empowerment di comunità* s'intende l'azione collettiva finalizzata a migliorare la qualità di vita degli individui/gruppi che della comunità fanno parte, promuovendo connessioni virtuose e sinergie tra i soggetti in gioco (*lavoro di rete*), con ciò stimolando il *capitale sociale*. Per *capitale sociale* intendiamo l'insieme di legami basati sulla fiducia reciproca che formano un tessuto sociale compatto, ovvero ciò che trasforma un quartiere in una comunità.

E' importante l'avvincente dimostrazione che nei paragrafi precedenti della ricerca si spiega tale *empowerment di comunità* che ha generato la "**comunità competente**", ovvero dotata di competenze, motivazione e risorse per intraprendere attività che ne migliorino la qualità di vita stessa per tutti.

Le metodologie proprie della promozione di questo tipo di empowerment sono chiaramente analizzate nella ricerca, sono presenti tanti passaggi ai quali i volontari hanno partecipato nel condurre il loro impegno nel terremoto in diverse organizzazioni e con diversi ruoli quali:

- Interventi di educazione socio-affettiva nelle scuole, con alunni e insegnanti;
 - ✓ promozione di gruppi di auto-aiuto;
 - ✓ analisi di comunità;
 - ✓ lavoro di rete;
 - ✓ progettazione partecipata ecc.

Tutti questi processi, la nostra ricerca, ha cercato di esprimerli in modo esaustivo e soprattutto in modo *“vivo ed entusiasmante”*, o forse è meglio dire questi temi hanno risuonato con le mie corde interiori ed automaticamente per me è diventato motivante ed estremamente interessante condurla.

Tutto quanto messo in campo alla fine ha portato ad un'evoluzione positiva del Sisma fino alla realizzazione di un libro che ha raccolto i vari passi di tale ricerca sui territori colpiti dal titolo *“Dalla Paura al Risveglio”* del quale alcuni brani sono presenti in questa tesi.

7.2 la diversità generativa di arricchimento individuale e collettivo

Tutti i diversi ambiti coinvolti nella ricerca sono stati testimoni di come nella diversità ci sia la co-generazione di un grande arricchimento per tutti: la condivisione dei saperi delle culture delle competenze dei ruoli ecc sono stati volano di ricchezza che in modo trasversale ha nutrito ognuno di loro e di noi che abbiamo coordinato i lavori.

Questa esperienza collettiva mi dà lo spunto per inserire una parte del libro: **Il counseling di Comunità** Edoardo Giusti –Maura Benedetti Sovera Edizioni 2011 e precisamente il capitolo dal titolo: la mente sociale il quale esprime in maniera chiara la nuova visione ed il nuovo paradigma oggi in procinto di emergere: l'idea che la mente umana si sia evoluta soprattutto mediante l'interazione sociale e la parallela elaborazione delle informazioni circolanti è chiamata l'ipotesi della mente sociale.

Riporto la citazione degli studi di Siegel il quale descrive che la mente individuale si forma attraverso elaborazioni derivanti dagli aspetti cerebrali e neurobiologici.

La mente sarebbe il prodotto di tutte le interazioni inter e intrapersonali comprese le influenze ambientali, tra i principi fondamentali della sua teoria sulla mente:

- la mente emerge da processi che influenzano i flussi di energia ed informazione del cervello e lo collegano con altri cervelli;
- la mente si forma in seguito all'interazione tra processi neurofisiologici interni ed esperienze interpersonali;
- struttura e funzioni cerebrali si sviluppano a partire da programmi geneticamente determinati modellati ed influenzati dalle esperienze, specie interpersonali;

Per me è entusiasmante pensare alla visione del pensiero di Siegel abbinata alle ricerche dei più recenti ed importanti neurobiologi per cui si può affermare che la mente più che una struttura si identifica come un processo e la cosa che ci fa comprendere l'importanza di comunità è che tale mente- processo si costituisce come costruzione condivisa, ovvero co-costruzione con altre menti.

Questo concetto ha sicuramente un valore scientifico all'esperienza della comunità emiliano-romagnola, la quale è sicuramente testimone reale ed oggettiva di questa mente estesa e cooperante.

La mente non è quindi contenuta all'interno della scatola cranica o nel nostro corpo ma si espande all'esterno nell'ambiente circostante col quale è intrecciata, ne deriva che può esserne influenzata e allo stesso tempo influenzare.

Da qui la forte convinzione, in me da sempre presente, di come si possa essere influenzati dall'esterno e di come si possa dal nostro canto influenzare l'esterno.

Il mio dentro ed il mio fuori interconnessi come facenti parte di un grande *network*, è inoltre veramente illuminante la scoperta delle neuroscienze attuali, le quali affermano che il concetto a cui un tempo si credeva per cui raggiunta una certa età i neuroni morivano oggi si è scoperto non essere più così, ognuno di noi per tutto l'arco della propria vita è aperto al cambiamento.

Per questo motivo ritengo che l'esperienza del Sisma abbia generato nuove connessioni nuove sinapsi in tutti noi, sia chi lo ha vissuto in prima persona sia chi ha portato soccorso e aiuti, sia chi nel post evento ha riformulato, ascoltato attivamente, messo in scena dinamiche immaginative , eseguito briefing, debriefing, defusing ecc .

In un processo di counseling che coinvolga come cliente un individuo, un gruppo, un organizzazione o una comunità vale sempre il presupposto che nella persona o nel gruppo vi sono le risorse interiori (emotive cognitive affettive ecc.) necessarie a che l'aiuto si produca dentro il suo interno.

7.3 Il consolidamento dell'esperienza "emergenza" tra inizio e fine"

La CONSAPEVOLEZZA corporea dell'evento sisma ha costruito la memoria cellulare di ognuno dei partecipanti; attraverso questa interiorizzazione osmotica dei vissuti nella terra tremante, si è consolidata l'esperienza "emergenza" tra inizio e fine

L'osmosi si è creata con i colleghi e l'emozione di ognuno ha rispecchiato quella degli altri e proprio come in un processo osmotico le tensioni che creavano più pressione permeavano la membrana di contenimento degli altri e viceversa

Nel qui ed ora della crisi si sono costruiti i pilastri del ricordo direttamente attraverso l'esperienza del corpo in emergenza.

Da qui la comprensione delle memorie cellulari proprio a livello biologico come affermano alcune teorie delle moderne neuro-scienze e della moderna biologia molecolare, secondo le quali molti stimoli sono in grado di suscitare in noi delle emozioni che attingono ad una memoria intrinseca già presente generata da pregresse esperienze di vita, ciò avviene quindi a causa dei vissuti del passato dai quali abbiamo appreso e costruito le nostre convinzioni.

In altre parole, le emozioni che noi proviamo dipendono dalle associazioni mentali che formiamo tra i vari stimoli attraverso l'apprendimento. Il condizionamento della paura rappresenta una delle principali forme di apprendimento con cui impariamo a riconoscere un pericolo.

Pare inoltre che questo apprendimento viaggi anche nel tempo attraverso i geni che ne mantengono la cosiddetta memoria come un imprinting.

Ad avvalorare questa tesi è stato anche l'ingegner Camassi dell'INGV il quale ha seguito le ricerche sia in Emilia Romagna che all'Aquila, egli ci ha confermato che se pur in Emilia l'evento sismico sia stato di gran lunga più lieve rispetto al terremoto del 2006 dell'Aquila, ha creato un *shock emotivo* più forte negli emiliani in quanto non avevano memoria genetica di un simile evento, ovvero in Emilia era la prima volta che succedeva mentre in Abruzzo avevano già costruito queste memorie di generazione in generazione.

Abbiamo quindi ritenuto, a maggior ragione opportuno, recuperare le sensazioni, i dolori, i sintomi, le emozioni e rapportarle al proprio sentire attraverso il fisico il quale ha favorito ed accelerato il processo di ri-costruzione interiore dell'essere.

L'esperienza attraverso il ricordo corporeo dell'evento ha rappresentato quasi una **CRESCITA PERSONALE** come molte testimonianze hanno riportato

In ogni momento, il corpo si prende la responsabilità dei processi a livello di pensiero, così come delle emozioni delle quali non siamo immediatamente consapevoli. Per questo

la rigenerazione vera, delle ferite, sia dello spirito, della psiche che fisiche, non può che passare attraverso di esso

I volontari hanno lavorato col il loro corpo durante i soccorsi, ricordando a livello fisico le sensazioni è stato possibile arrivare direttamente al nucleo più o meno critico che l'evento ha lasciato.

I momenti di analisi e ascolto sono stati fondamentali per andare verso l'integrazione consapevole di ciò che è avvenuto anche sul piano razionale ed emotivo.

Il corpo è la parte di noi che entra immediatamente in relazione con gli altri, le criticità affrontate nel nostro processo di counseling hanno avuto a che fare con la relazione con le sofferenze comuni ed il dolore soprattutto nel contatto coi bambini e gli anziani

“Il terremoto che ha sconvolto la vita dell’Emilia ha provocato voragini, crolli e ferite che neppure il tempo potrà mai sanare. Tra le rovine s’incontrano gli sguardi dei vecchi che non osano sperare nel futuro, delle madri che non cedono al sonno, dei malati che non si lamentano dei loro problemi e dolori, dei padri alla ricerca di opportunità e possibilità per affrontare un possibile domani, e poi, gli sguardi di luci ed ombre dei bambini. I bambini hanno vissuto il terremoto come un improvviso incubo pauroso e spaventoso, non conoscono le caratteristiche morfologiche del terreno, non sanno nulla delle placche tettoniche, ma hanno conosciuto profondamente la paura della Terra che urla e trema, il terrore del loro mondo che all’improvviso si cancella rovinosamente e di tutto ciò che era e all’improvviso non è più. Come tutte le vittime di questo tremendo sisma, che continuano a vivere le ore dei giorni dopo il 20 maggio senza riconoscersi nella loro stessa persona e identità, persi nello spazio di una realtà sconosciuta di interventi d’ EMERGENZA TERREMOTO, senza chiedere, senza spingere e senza pretendere, quasi in seconda fila, ci sono i bambini.”

Testimonianza di una volontaria di Protezione Civile GEV dal libro:
“Dalla Paura al Risveglio”

IL CORPO RIVELA (35)

In alcuni casi è risultato molto utile far sperimentare con **gesti e movimenti** quello che i volontari hanno descritto a parole: uno sforzo, un nodo in gola, un soffocamento, una costrizione, un desiderio di urlare, ecc

Portare il gesto all'esterno quando la persona lo sta facendo su di sé (per esempio un abbraccio o un grattamento) scatena sempre emozioni. Perché queste non vadano disperse è stato importante chiedere ai volontari, di unire voce, parole, e pensieri al gesto.

Il nostro corpo infatti è la **cassaforte dei ricordi**. Dargli attenzione, collegarvi la presenza cosciente, permette ai disagi di venire fuori, di tornare alla superficie e di essere elaborati. Ricreare questo contatto, tuttavia, ha dato la possibilità di sentire che il nostro corpo poteva contenere tutto questo, che non ci dissolvevamo nell'emozione. Sapere che siamo capaci di sostenere quello che c'è, anche fisicamente, ci ha dato fiducia, sicurezza, autorevolezza, ha costruito il nostro nuovo modo di essere al mondo.

Nel contenitore sicuro rappresentato dal gruppo, e dal conduttore, le persone hanno imparato che potevano contenere quell'esperienza, e ne sono usciti più forti, meno timorosi di raggiungere quel nucleo che era alla radice del dolore e sconforto lasciato da quei giorni di crisi ed emergenza. Hanno potuto così cominciare a vivere in modo più sereno, più pieno, più vitale.

Incontrare questi nuclei interiori di sofferenza ed esprimerli, non con la semplice finalità di liberazione o catarsi ma consapevoli che il fine era sempre quello di recuperare l'esperienza vissuta sul piano fisico ed emotivo **anche a livello razionale**, in modo che essa, come è stato, costruisse un pezzo nuovo della loro identità di volontari e liberi cittadini. Solo così, l'esperienza ha potuto essere poi portata nell'ambiente e nella vita di tutti i giorni.

*“ Quando conosci la verità solo nella tua testa.... Non cambi
Quando la percepisci anche nel tuo corpo e nello spirito
cominci a cambiare”*

Anthony de Mello

7.4 la ristrutturazione dell'anima (36)

Punto di partenza per questa analisi di "*Anima ristrutturata*" è da vedersi portando l'attenzione alla *definizione di salute* fornita già nel 1948 dall'OMS (Organizzazione Mondiale della Sanità), che contiene forti elementi innovativi: 'La salute è da intendersi come stato di *completo benessere fisico, mentale, spirituale e sociale*'.

Quindi, uno 'stato completo' (ovvero uno 'stato positivo') e pluridimensionale (vedi *modello bio-psico-sociale*).

Questa prima definizione verrà inoltre arricchita dall'OMS nel 1984, introducendo un ulteriore elemento di novità: il concetto di salute come 'risorsa'.

Essa non è più intesa come uno stato da difendere/ripristinare, ma un orizzonte da raggiungere attraverso un percorso da costruire; salute quindi come vita soddisfacente e felicità personale.

Ecco ed è proprio su questo che desidero puntare: *Un orizzonte da raggiungere, da costruire.*

Nella comunità del Sisma non è di malattia in senso stretto di cui parliamo ma di crisi e traumi che sono stati affrontati secondo lo stesso concetto di cui sopra.

Ovvero visti in un'ottica di olistico ed integrazione dei vari livelli

Restando nel termine della salute che in questo caso assume la rilevante accezione di *benessere* si può ricordare il mutamento di prospettiva rispetto al *modello biomedico* col suo orientamento privilegiato verso la malattia, oggi pone difficoltà notevoli anche sul piano linguistico, infatti, il vocabolario della salute di cui disponiamo è estremamente carente rispetto a quello costituitosi nei secoli intorno al fenomeno della malattia ed esige d'essere implementato.

La lingua latina (Bertini, 2001) disponeva di due parole per dire "salute":

- *salus*, ovvero 'salvezza' della persona nel suo insieme (salute della persona *tout court*, "salvezza" del corpo fisico ma non solo, qui possiamo parlare della famosa "Anima")
- *valetudo*, ovvero 'salute fisica' (lo star bene in senso esclusivamente fisico).

La lingua italiana ha perso nel tempo questa iniziale ricchezza del vocabolario latino: il termine *salus* ha prevalso sul termine *valetudo*, ma si è tuttavia smarrito il riferimento originario al nesso *corpo-anima*, con la conseguente riduzione del concetto di salute a sopravvivenza esclusiva del corpo.

Inoltre, il prevalere del *modello biomedico* ha contribuito ulteriormente al restringimento della concezione di salute, definita "*in negativo*" quale semplice superamento della malattia (escludendo con ciò gli aspetti di *prevenzione* e *promozione* del benessere implicati invece da un'accezione di salute "*in positivo*").

Oggi si punta sulle potenzialità di sviluppo della linea di promozione della salute o benessere, con azioni rivolte alla *psico-promozione* o *psicosalutogenesi*.

In questa visione integrata nel percorso post Sisma con ognuno dei partecipanti all'iniziativa si è visto al ben-essere nonostante l'accaduto come obiettivo dalle caratteristiche/contenuti propri, in questo caso ha significato:

1. superare il *modello biomedico* per un *modello bio-psico-sociale*
2. valorizzare adeguatamente la prospettiva sociale all'interno di un ragionamento intorno al benessere: dimensione individuale e sociale sono inscindibili, ma la loro integrazione passa attraverso la costruzione di un'*etica della cittadinanza*, che ha il suo fulcro nell'idea di *comunità*.

Nel passaggio dal *modello biomedico* verso quello *bio-psico-sociale*, anche l'approccio nei confronti della malattia o trauma o crisi viene modificandosi, tanto in un approccio clinico quanto in quello psicologico e a maggior ragione in un processo di Counseling che per eccellenza conosce l'arte di prestare aiuto attraverso una serie di postulati tra i quali ricordo: l'intenzionalità della persona, il divenire dell'individuo, l'esperienza come fonte del conoscere, la ristrutturazione del ciclo nel qui ed ora, il concetto di responsabilità e di autoregolazione, la mobilitazione delle risorse personali, il recupero del pensiero circolare, la creatività, l'intuizione, il linguaggio metaforico, l'immaginazione, l'attitudine al cambiamento, il desiderio di rappresentare il mondo a partire dalla propria soggettività

Per maggior chiarezza espongo i due modelli:

biomedico:

- *Salute* = condizione di partenza, neutrale e statica, presunta *normalità*
- *Malattia* o patologia = infelice *deviazione dalla norma*
- Quindi, *guarigione* = *restitutio ad integrum*: il riportare l'organismo alla condizione precedente l'evento patologico.

bio-psico-sociale:

- *Salute* = condizione da raggiungere/costruire
- *Malattia* o patologia = manifestarsi di un *novum*
- Quindi, *guarigione* = comparsa di una *nuova norma* per l'organismo, che includa il *novum* introdotto dalla malattia
- *Cura* = non è il *tornare* ad una condizione precedente; non è il *correggere* bensì il *promuovere*.

Ne derivano elementi fortemente innovativi anche per quanto concerne la *relazione tra chi chiede aiuto e il suo interlocutore sia esso medico o altro operatore*: da un'impostazione autoritaria/prescrittiva ad una invece responsabilizzante nei confronti del cliente, coinvolto attivamente nel processo di cura..

Se salute e benessere diventano qualcosa che l'individuo può costruire, significa allora avviare una riflessione sul tema degli *stili di vita*, della *prevenzione*, della *qualità della vita*, della conoscenza dei *fattori di rischio*, del *coping* e dell'*empowerment*, cosa che è ampiamente emerso nel nostro percorso "**dalla Paura al Risveglio**"

Inoltre nella comunità del Sisma è stato fondante ed esplicito il carattere comunitario del benessere: per una visione di etica della cittadinanza

Come sottolinea Arcidiacono (2004), già il pensiero heideggeriano (1927) fissa intuitivamente il valore fondante delle connessioni sociali nel processo di costruzione dell'identità e quindi del benessere (concetto **dell'essere con**).

Direbbe C. G. Jung: "**L'io ha bisogno del noi per essere pienamente io**".

È nel nesso tra individuo e collettività, del loro articolarsi, che si schiudono spazi nuovi di riflessione/prassi, intorno a concetti-esperienze quali: *relazione, cittadinanza, comunità, capitale sociale, partecipazione, giustizia, etica oltre la legge, dono,...* Ed è qui che anche s'innesta il concetto di *benessere sociale*.

Già la definizione di salute data dall'OMS nel 1948, conteneva il riferimento alla *dimensione sociale come strutturale all'idea stessa di salute*; anche la ricerca testimonia inequivocabilmente l'influenza dei fattori sociali sulla salute e sul benessere.

Ciò nonostante, l'attenzione rivolta finora alla componente sociale della salute è decisamente inferiore rispetto a quella riservata alla sua dimensione individuale e tuttora non vi è accordo rispetto alle componenti del benessere sociale.

Al di là delle differenze fra i vari autori, il pensiero sul benessere è unanime nel sottolineare la necessità di oltrepassare una visione individuale/individualista, includendo tra i *fattori salutogenetici* la consapevolezza del singolo di appartenere ad un'entità più ampia (collettività), nonché il sentimento che significato/valore di tale appartenenza siano riconosciuti anche dagli altri.

La sfida di oggi quindi, sembra risiedere nella possibilità di elaborare un'etica che riconosca/salvaguardi ad un tempo il profilo individuale e sociale della persona.

Io penso, attraverso questa mia ricerca nella *comunità colpita*, di aver vastamente fornito esempi idonei alla dimostrazione del valore della dimensione sociale.

La salute si gioca in un "tra" Questo sguardo orientato ad un unico nucleo (*individuale/sociale*) ci sospinge verso un *cambio di paradigma*: il concepire la salute "in positivo" ovvero il sostenere a tutti i livelli (medico, etico, economico, politico, sociale, culturale, ecc.) un'idea larga di benessere.

Pensare alla salute come orizzonte da scoprire/esplorare, significa decifrarne le caratteristiche peculiari; capendo che, accanto alle tanto studiate *funzioni patogenetiche*, esistono anche *funzioni salutogenetiche* finora trascurate.

Ma il pensiero intorno alla salute non deve porsi come alternativo a quello intorno alla malattia: malattia e salute, così come mente e corpo, individualità e socialità, persona e contesto, ... vanno pensati *insieme*.

Bisogna pensare il **'tra'**, ovvero il tessuto delle *relazioni* che lega le diverse dimensioni secondo una circolarità virtuosa; e questo passa necessariamente per il rilancio di una visione **'comunitaria'**.

In tal senso il profilo della **"ristrutturazione dell'anima"** si configura come essenzialmente un passaggio che non prevede un prima ed un dopo disgiunti ma un continuum nel quale l'esperienza in atto accompagna ad una metamorfosi trasformativa dell'essere, individuando l'intenzionalità della coscienza complessiva verso una meta realistica raggiungibile nel **"qui ed ora"**.

Conclusioni

Con questa ricerca ho evidenziato la grande sinergia interiore che contraddistingue le attitudini del volontariato e del counseling, la ricerca è stata illuminante per valorizzare queste similitudini oltre che porre il focus su come le dinamiche del counseling siano opportuni strumenti di apprendimento per ogni singola persona o gruppo che si voglia affacciare al mondo del volontariato.

Oggi viviamo in una situazione socio ambientale in veloce espansione e trasformazione tecnologica, da una dilatazione esponenziale di rischi naturali e antropici e di conseguenti eventi calamitosi, incidenti provocati dall'uomo: terrorismi di varie origini, etniche, religiose, tutto ciò esige una risposta sociale sempre più adeguata alle condizioni di crisi ed emergenza.

Prima di fornire un servizio, dobbiamo attrezzare e valorizzare le persone

Questa frase svela uno dei segreti dell'importanza della formazione: un'attenzione costante allo sviluppo delle risorse umane, considerate da Noi, impegnati nel mondo del volontariato, come un capitale prezioso per la collettività.

Il processo pluralistico integrato proprio perché idoneo alle varie stratificazioni soggettive di cui un gruppo è composto riesce a creare, a diversi livelli, passione, collaborazione, supporto e determinazione.

L'attività nelle relazioni di aiuto mostrano ogni volta delle situazioni diverse, delle nuove emozioni che impariamo a riconoscere strada facendo e quello che oggi potrebbe spaventarci domani potrebbe essere il **nostro punto di forza**.

E' stato evidente nella ricerca compiuta come il nostro agire proceda di pari passo con il cambiare delle situazioni e delle circostanze.

Adottare questo sistema di formazione, di analisi e di ricerca nelle situazioni che si verificano nella comunità rappresenta *l'evoluzione*; Qualsiasi evento che interviene ad interrompere la nostra quotidianità spezza la nostra sicurezza ed è in quel momento che aumenterà il nostro valore, attingendo a risorse che neanche noi immaginavamo di possedere.

Ogni individuo presenta delle proprie strategie di coping ed una sua resilienza, dovute all'esperienza, alla cultura, alla formazione, alla personalità e al contesto sociale in cui vive. Stare a contatto con situazione di crisi con vari fattori di stress, supportando persone mentre vivono realtà che le portano al di fuori dell'ordinario è un'esperienza che farà uscire anche noi dal nostro ordinario.

Io personalmente posso dire che Grazie al **volontariato** ho scoperto il counseling!, Grazie al **counseling** ho scoperto risorse intrinseche nel volontariato che possono cambiare me e gli altri, ho scoperto parole come "**accettazione incondizionata**" che non è un'azione di benevolenza ma uno stato interiore dell'essere, capace di generare nuove reazioni biochimiche funzionali alla trasformazione di situazioni di stallo perenni!

Parole come **empatia** che richiamano alle nuove teorie fisiche del campo quantico, il quale permette di essere parte della stessa connessione neuro-dinamica, ovvero il concetto della mente estesa che ingloba, ed il sentire “*come se*” del **rapporto empatico**, di fatto potrebbe presupporre l’attivazione attraverso gli stessi neuroni condivisi nel medesimo spazio tempo.



Attraverso la conoscenza dei presupposti fondamentali di una formazione con l’ausilio del counseling si arriverebbe sicuramente ad un’espansione in termini di consapevolezza e coscienza nei più svariati soggetti e settori, oltre ad essere un valido ed immediato aiuto per prevenire e limitare i danni sia a livello del singolo individuo che a livello di Comunità, come ampiamente dimostrato nel Sisma Emiliano-Romagnolo e dell’Aquila.

Desidero chiudere con una frase di **John Ruskin**, critico d’arte e **riformatore sociale**, vissuto nel 1800 che rappresenta bene l’intero agire di noi esseri umani:

*“ Il migliore riconoscimento
per la fatica fatta
non è ciò che se ne ricava,
ma ciò che si diventa grazie ad essa.”*

John Ruskin

BIBLIOGRAFIA

- Il Counseling di Comunità
La rete psicologica del benessere sociale
Edoardo Giusti – Maura Benedetti Sovera edizioni settembre 2011
- Arischia, per non dimenticare: pensieri , lacrime, ricordi
Testimonianze sul sisma che ha colpito L'Aquila il 6 aprile 2009
Edizioni scientifiche ASPIC 2009
- Osho La disciplina della Trascendenza Bompiani editore anno 2002
- Quando i sentimenti interrogano l'esistenza – orientamenti fenomenologici nel lavoro educativo e di cura a cura di Vanna Iori dalla collana "Aver cura della vita emotiva"
edizioni Angelo Guerini e Associati anno 2006
- Tecniche Immaginative – Il teatro interiore nelle relazioni di aiuto – Edoardo Giusti
Sovera edizioni 2007
- La Gestalt terapia del con-tatto emotivo Serge Ginger e Anne Ginger edizioni
mediterranee
- Stress & Autoipnosi – autore- Bruno Renzi Anima Edizioni 2013
- Integrazione nelle Psicoterapie e nel Counseling rivista semestrale di studi e ricerche
n. 13/14 2013
- Dalla Paura al Risveglio a cura dell'Osservatorio Regionale del Volontariato Emilia
Romagna e Centro servizi Volontariato di Modena (stampato a settembre 2014)
- Dispense della Scuola Aspic master triennale 2011/2013
- Trattato di Ivan Togni: Lo Psicodramma e la semirealtà
- Intelligenza Emotiva Daniel Goleman Bur Rizzoli 1996-2013
- Trattato di Cristina Bellato Psicologa e Psicoterapeuta ITP GITIM (Scuola Italiana di
Psicoterapia)
- Tesi di Marinella Locatelli Scuola di Counseling Professionale SINTEMA (Bergamo)
anno 2010

Appunti delle lezioni sul Volontariato in Emergenza e del Volontario di Comunità anni 2008-2012

Appunti, slide e dispensa della serata di presentazione del counseling dell'Emergenza c/o ASPIC Milano a cura di Andrea Bonano 2014

Appunti lezione Francesca Speciali Giornalista e Gestalt-Bodywork counselor

Riviste di settore:

- *Mente e Cervello* L'editoriale del n.100 di *Mente&Cervello*, in edicola dal 28 marzo 2013 *di Marco Cattaneo*
- *Scienza e Conoscenza* n. 49 (nuove scienza, medicina alternativa, consapevolezza)
- *La protezione civile in Italia*

Siti consultati:

www. aspic Modena lezioni di Counseling dell'Emergenza
www.regione.emilia-romagna.it

www.conoscoimparoprevento.org

www.vertici.it (Vertici Network di Psicologia e Scienze affini)

www.sipem.org (Società Italiana di Psicologia dell'Emergenza)

www.psicotraumatologia.org (Istituto Europeo Psico-traumatologia Stress Management
relazione dr.ssa Chiara Cimbro)

[www.protezionecivile.gov.it/jcms/it/il ruolo del volontariato.wp](http://www.protezionecivile.gov.it/jcms/it/il_ruolo_del_volontariato.wp)

www.misericordie.it

www.sintema.it (ricerche, consulenze, formazione)