



Psicologia |
del' emergenza



Psicologia dell' Emergenza

Ciascuno di noi in uno stato di «normalità» adotta schemi mentali «modalità zona di comfort» che rafforzano in senso di continuità e di identità.

Al risveglio sappiamo cosa fare, dove sono i nostri cari, cosa mangeremo a colazione e ... come raggiungere il bagno, anche se siamo al buio ...

Psicologia dell'Emergenza

Un evento catastrofico
(*terrorismo, cataclismi*
ecc.) manda in frantumi
questo equilibrio ...

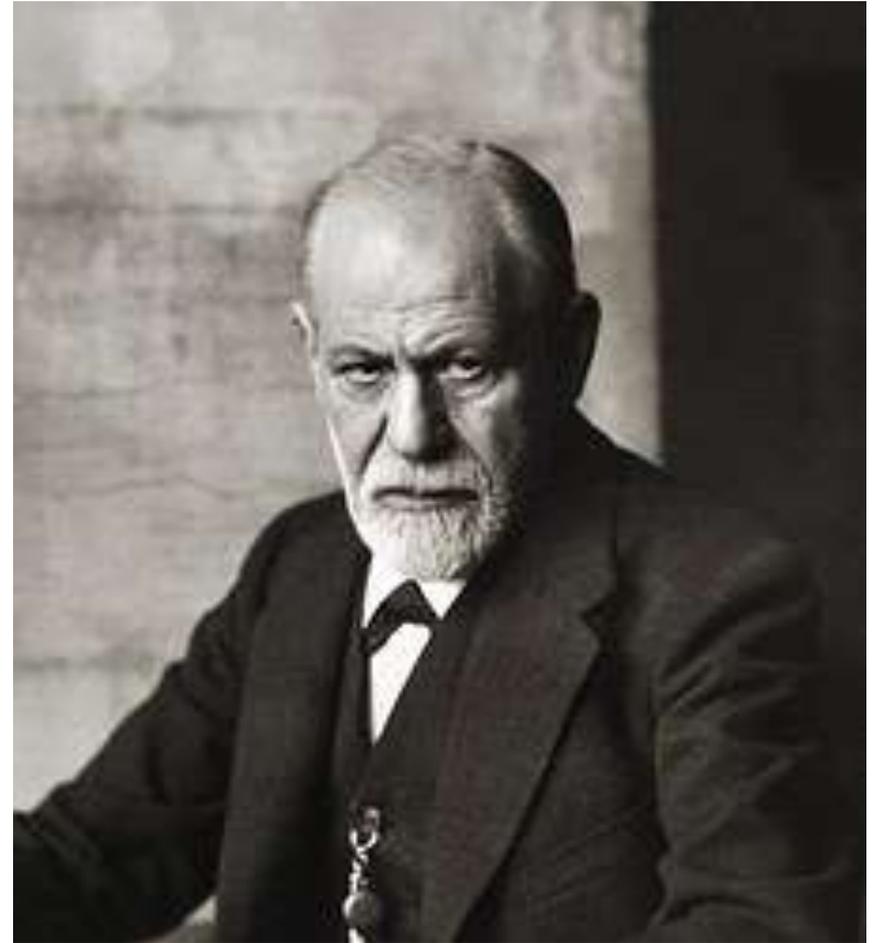
... e maggiore è il livello
di imprevedibilità di un
evento ... maggiore è
l'impatto psicologico che
esso crea!



Psicologia dell'Emergenza

... Un aspetto singolare, fortemente legato al contesto, è il setting che avrebbe il potere di sconvolgere un qualsiasi Freudiano ortodosso.

Esso viene infatti strutturato in situazioni spesso poco confortevoli e con poca privacy





Psicologia
dell'Emergenza

Briere e i suoi collaboratori stimano che una percentuale molto elevata della popolazione (mediamente il 57%) può trovarsi, nell'arco della vita, coinvolta in esperienze traumatiche.

Psicologia dell'Emergenza

Fortunatamente, fra le persone esposte ai traumi, solo una parte struttura un disturbo psichico di natura post-traumatica.

Questa percentuale non è sempre costituita da piccoli numeri ovviamente.



Psicologia dell' Emergenza

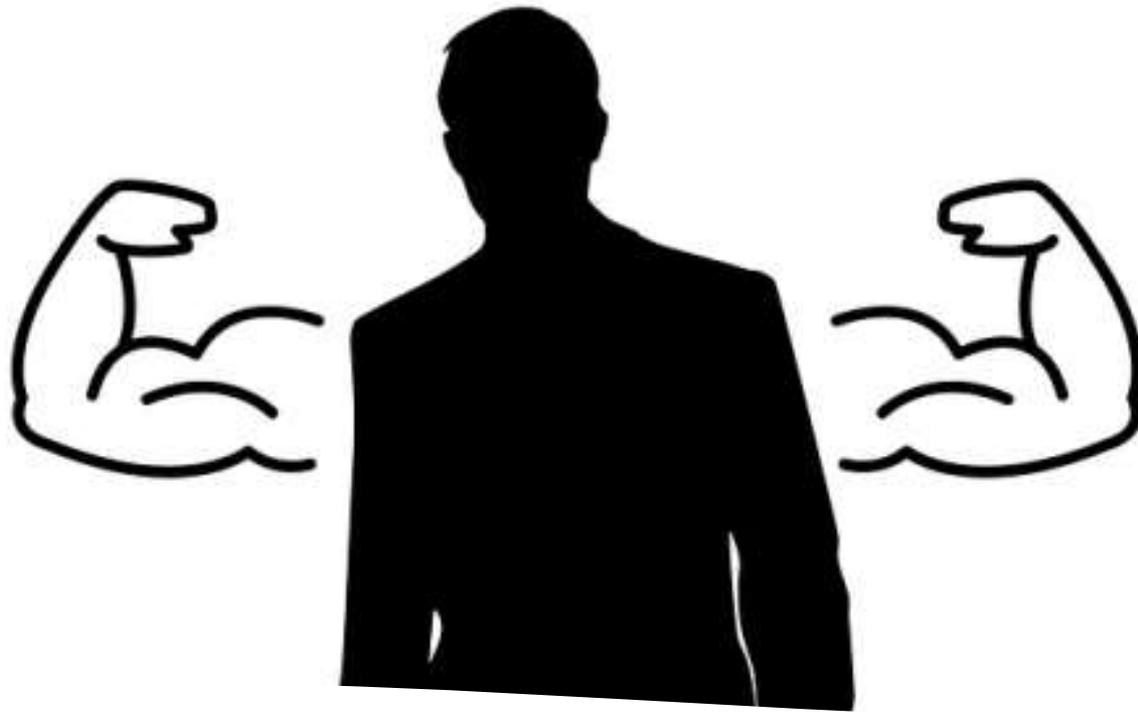
In alcuni eventi disastrosi su larga scala risulta ovvio che la popolazione dei soggetti traumatizzati possa essere costituita da migliaia di persone

Psicologia dell' Emergenza

Le condizioni determinate da una eventi traumatici però possono, paradossalmente, in alcune persone, avere un effetto «potenziante».

Alcuni autori hanno studiato gli effetti positivi dell'esposizione al trauma che si verificano in certi soggetti.





Psicologia dell'Emergenza

Questi ultimi sono in grado di passare dal senso di impotenza (che viene appreso dopo l'esposizione all'evento) al raggiungimento di un buon livello di fiducia in se stessi.

Vanno incontro ad una forma di "empowerment" che nasce «grazie» all'evento in questione.

Come è noto infatti da un trauma non elaborato se ne esce malconci e meno strutturati.

Al contrario invece, da traumi elaborati, la struttura arricchisce il proprio repertorio di coping.



Parlando di vittime e
superstiti

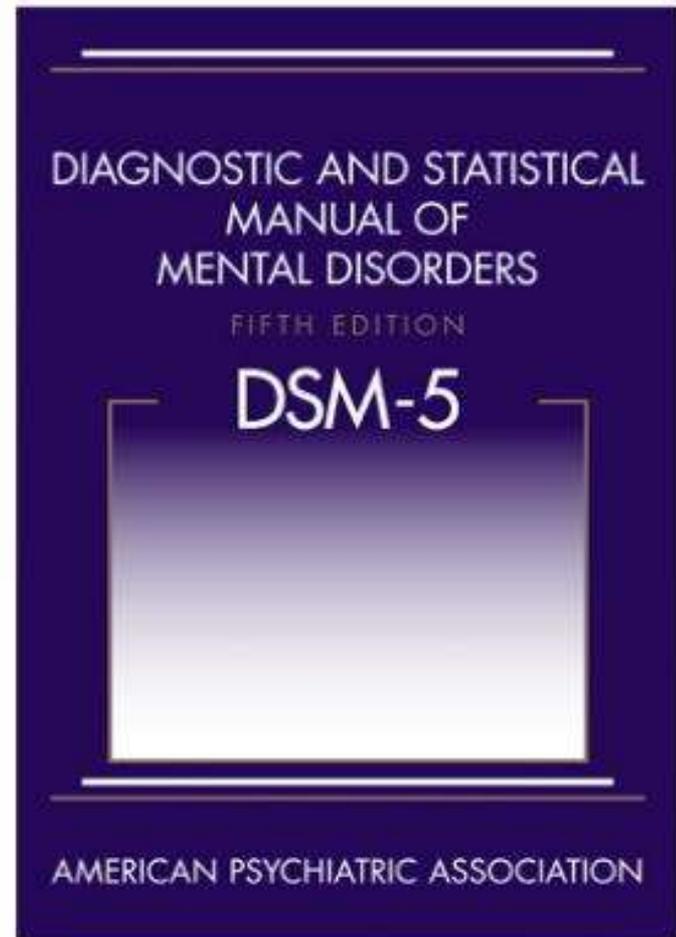
Parlando di vittime e superstiti

Le reazioni emotive ad eventi potenzialmente traumatici possono essere le seguenti:

Ansia

Paura

Panico



A black silhouette of a human head in profile, facing right, set against a teal background. The top and back of the head are jagged and cracked, resembling shattered glass or a broken shell, symbolizing mental trauma. The text 'Parlando di trauma' is centered over the head, underlined, with a white brushstroke underneath it.

Parlando di trauma

Parlando di trauma

Cos'è allora il trauma? Perché alcune situazioni sono traumatiche ed altre no?

E soprattutto, perché alcune esperienze sono traumatiche per alcuni di noi e non per altri?



▼

Parlando di trauma

Le parole trauma e psiche
derivano dal greco:

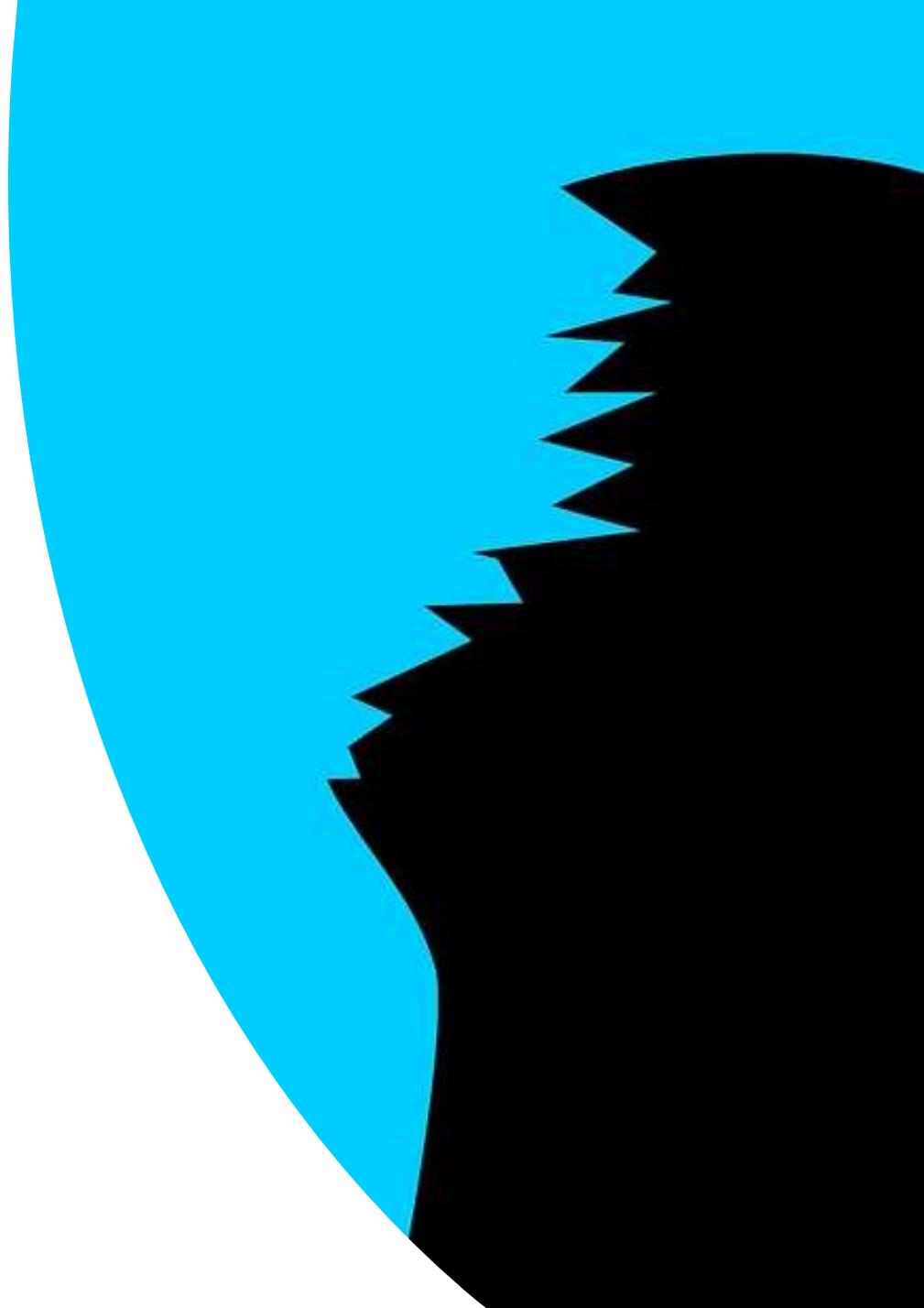
la parola trauma è uguale
al greco "trauma" e
significa "ferita",
"lacerazione", "danno".

La parola psiche proviene
dalla greca "psyché" e la
traduzione è "anima".

Possiamo quindi riferirci
al trauma psicologico come
ad una "ferita dell'anima".

Parlando di trauma

La psicologia delle emergenze tratta di traumi con un grande impatto sugli individui, questa tipologia di eventi vengono chiamati Traumi con la "T" maiuscola. Si tratta appunto di eventi che portano alla morte o minacciano l'integrità fisica, propria o delle persone care.



Parlando di trauma

Vengono considerati Traumi
con la "T" maiuscola:

Omicidi

Aggressioni

Gravi incidenti stradali

Lutti improvvisi e
inaspettati

Terremoti

Attentati terroristici

Guerre

Tsunami

Stupri



Parlando di trauma

Ma tutto questo non basta.
La risposta a questi eventi
deve aver comportato nella
persona paura, senso di
vulnerabilità e orrore.



Parlando di trauma

Relativamente ai traumi con la «t» minuscola: la gravità non sta nell'evento in sé (non è oggettiva), ma bensì nell'interpretazione soggettiva.

Possono per esempio essere «t» minuscole:

Vessazioni

Mobbing

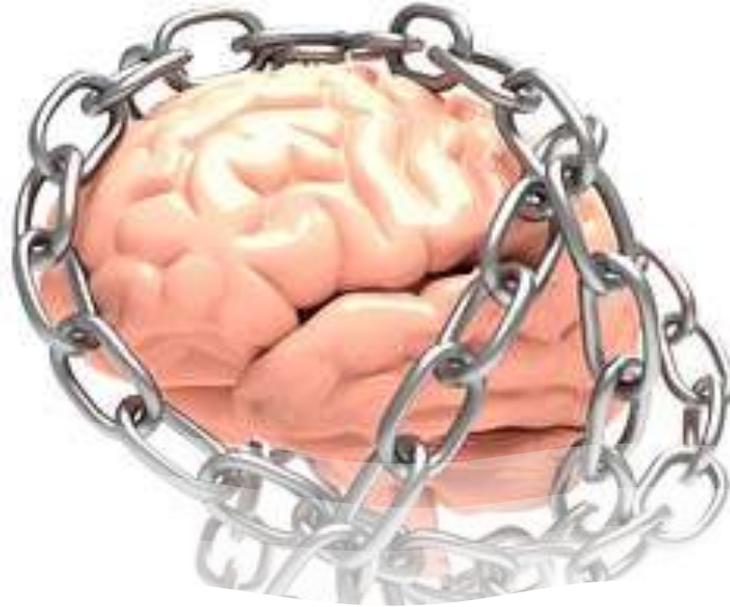
Esclusion: da parte di familiari, partner, amici, colleghi

Offese (soprattutto nel caso di infanti)



Parlando di trauma

Inoltre, nel caso dei traumi con la "T" maiuscola, esattamente come accade con i traumi con la "t" minuscola, la risposta a tali eventi cambia da persona a persona. Le reazioni psicologiche di fronte ad uno stesso evento rimangono quindi soggettive.



Quali sono le persone
vulnerabili alle esperienze
traumatiche?

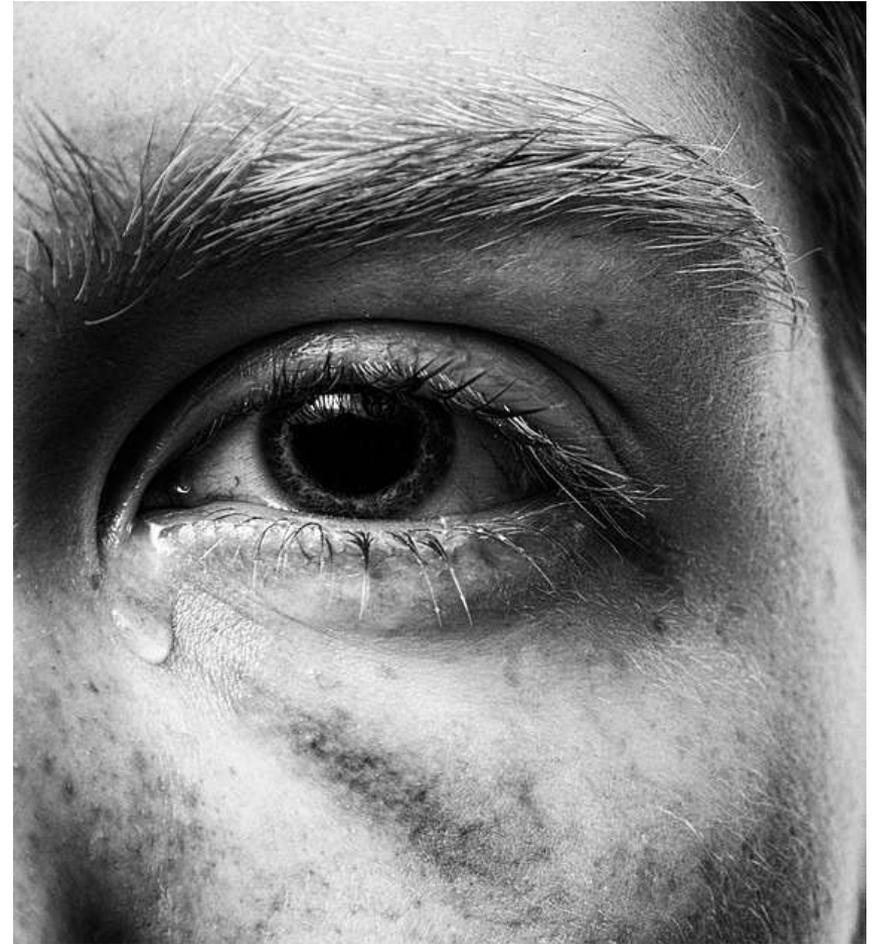
Parlando di trauma

Chiunque può subire ad un certo punto della sua vita un trauma psicologico la cui risoluzione può essere relativamente facile o si può anche restare bloccati nel trauma a tempo indeterminato.

Parlando di trauma

Siamo tutti potenzialmente vulnerabili ai traumi. Gli esseri umani sono solitamente tuttavia capaci di superare grandi difficoltà.

... In altre parole abbiamo dei meccanismi di autoguarigione molto potenti ...



Parlando di trauma

... E ognuno di noi, attraverso le proprie risorse o passando attraverso un aiuto professionale adeguato, può superare queste esperienze ... e non solo tornare ad essere come prima, ma anche crescere come persona, proprio in virtù di tali esperienze.



Parlando di trauma

Nei primi anni di vita sono principalmente le interazioni con gli adulti significativi (i caregiver) ad influenzare ampiamente la modalità con cui immagazziniamo le nostre esperienze.

