

# Il supporto psico-sociale agli operatori del soccorso: esperienze e modello di intervento della CRI

Sten. med. Enrico Girmenia

CM CRI



# defuse

- Il **defusing** (dall'inglese *defuse*, *disinnescare*) è un breve colloquio di gruppo, solitamente ma non sempre condotto da uno psicologo, che si tiene dopo un intervento particolarmente critico o impegnativo condotto da membri di servizi di salvataggio, di soccorso o di cure



# demobilization

- Essi si sono trovati a vivere situazioni drammatiche od addirittura traumatiche (a volte è detto "demobilization", ad indicare la cesura tra il servizio in emergenza, con tutti i suoi complessi vissuti, ed il ritorno alla "normalità quotidiana").



# obiettivo

- l'obiettivo di questo incontro è di cercare di iniziare a rielaborare brevemente e collettivamente il significato dell'evento, ed a ridurre l'impatto di un avvenimento potenzialmente traumatico.



# Colloquio di gruppo

- Le persone che partecipano al colloquio di gruppo hanno occasione di parlare dei fatti inerenti all'intervento, dei loro pensieri e del loro vissuto emotivo. Nella pratica il defusing è una versione ridotta del debriefing e permette di valutare se sia necessario un debriefing.



# emozioni

- I suoi obiettivi principali sono, prima di tutto, di raggiungere un livello d'informazione uniforme attorno all'intervento; questo permette di costruire una prospettiva coerente e per certi aspetti più "oggettiva" dell'avvenimento, comprendendo quindi meglio le reazioni, le emozioni e le esperienze vissute da ognuno dei partecipanti.



# rinforzo

- Esso può aiutare a diminuire o permettere di rimodulare l'intensità delle reazioni emotive inevitabilmente generate da un'esperienza difficile, e contribuisce a rinforzare la rete di supporto sociale delle persone che hanno condiviso ciò che si è vissuto.



# debriefing

- Il **Debriefing** è un intervento psicologico-clinico strutturato e di gruppo, condotto da uno psicologo esperto di situazioni di emergenza, che si tiene a seguito di un avvenimento potenzialmente traumatico, allo scopo di eliminare o alleviare le conseguenze emotive spesso generate da questo tipo di esperienze.





# A chi è rivolto

- Il Debriefing "classico" è solo una delle parti del più ampio e complesso protocollo del *Critical Incident Stress Management* (CISM) - dovrebbe essere rivolto esclusivamente a gruppi relativamente omogenei di soccorritori (e quindi non di vittime), ed è composto da sette fasi distinte



# tempi

- Normalmente viene svolto tra le 24 e le 96 ore che seguono l'avvenimento (ovvero quando l'esperienza si è potuta strutturare psicologicamente almeno un minimo, ma non si è comunque ancora "cristallizzata" del tutto nel vissuto delle persone coinvolte).



# prevenzione

- Il debriefing permette, attraverso lo scambio strutturato e "significante" dell'esperienza gruppale, di ridurre le possibili conseguenze negative di un avvenimento traumatico a livello psichico, come per esempio l'insorgere della sindrome da stress post-traumatico ed altre sindromi collegate.



# Lavoro di gruppo

- Nel corso del lavoro di gruppo, attraverso le varie fasi, si affrontano progressivamente fatti, pensieri, emozioni e sintomi, al fine di proporre una prima rielaborazione e ristabilire una migliore comprensione dell'avvenimento, per permettere di reinserirlo nel corso della propria esistenza dandogli almeno un parziale significato, coerente e condiviso con gli altri membri del gruppo.



# Prima fase

- 1. *Introduzione* (alla situazione ed al lavoro di gruppo)
- 2. *Discussione dei Fatti* (ricostruzione degli eventi occorsi, attraverso le "narrazioni" e le prospettive multiple dei partecipanti)
- 3. *Discussione dei Pensieri/Cognizioni* (che i partecipanti hanno avuto durante l'evento)



# Emozioni e sintomi

- 4. *Discussione delle Emozioni* (condividendo quelle provate durante l'evento, e comprendendo così che è "legittimo e normale" sentirsi a disagio dopo un evento critico, e che anche altri colleghi possano aver avuto emozioni simili alle proprie)
- 5. *Discussione dei Sintomi* (eventualmente provati nelle ore o nei giorni successivi all'evento critico)



# conclusione

- 6. *Fornire Informazioni* (sulle reazioni post-traumatiche e su eventuali "punti di contatto" in caso di necessità personali future)
- 7. *Conclusione* (che "chiude" l'esperienza, sfumando dopo - a volte - verso un chiusura anche informale - spesso bevendo e mangiando qualcosa insieme per rinsaldare i legami sociali di gruppo dopo l'evento critico e la "fatica emotiva" del Debriefing)



# Defusing e debriefing

- Generalmente, il Debriefing è preceduto da un incontro di Defusing, soprattutto con gli specialisti dell'aiuto (infermieri, pompieri, soccorritori, etc.; se svolto al termine del servizio in cui si è verificato l'evento critico, il Defusing viene detto Demobilization).





# Finalità del defusing

- Il rischio di traumatizzazione secondaria negli operatori del soccorso è elevato; al termine di interventi di soccorso comprendenti particolari fattori di rischio psicologico (lavoro di soccorso in situazioni di emergenza coinvolgenti minori; situazioni critiche caratterizzate da forti rischi per l'incolumità fisica dei soccorritori; episodi di violenza diretta contro il personale di soccorso; ferimento o decesso di un componente della squadra; situazione operativa di estrema lunghezza, fatica o difficoltà tecnica, etc.)



# "decompressione emotiva"

- Il defusing è ritenuto quindi una corretta forma di prevenzione primaria. Esso consiste nell'esecuzione di una breve fase informale di "decompressione emotiva" tra pari (*peer support*), spesso strutturata sotto forma di un "Defusing adattato".



# Defusing “a caldo”

- Demobilization "a caldo"; si preferisce quindi, in questi casi, organizzare un semplice momento di "cesura simbolica" con la situazione operativa appena trascorsa, che permetta di far decantare brevemente i vissuti personali più intensi, di "dare parola ai vissuti" condividendo e discutendone il carico emotivo con i colleghi



# Seguito.....

- Alla Demobilization possono eventualmente seguire, nei giorni successivi ed in base alle esigenze manifestatesi, dei Debriefing, delle articolazioni di CISM, o delle eventuali sedute di consulenza psicologica di crisi (gruppale o individuale).

