

# L'importanza del debriefing psicologico



Un colloquio strutturato, a dipendenza della situazione, con singole persone o con gruppi, nel tentativo di trasformare il vissuto caotico in storia circoscritta e pensieri ed emozioni comuni, ovvero il primo passo verso l'integrazione dell'evento straordinario nella traiettoria di vita di ogni singola vittima. Da questo fondamentale strumento di supporto che è il debriefing psicologico, ha preso spunto l'IX Campo scuola nazionale degli Psicologi d'Emergenza tenutosi a Marco di Rovereto dal 25 al 27 settembre scorso

di Luca Genoni

**U**na serie di lezioni sul campo a partire dal laboratorio 'Teoria e pratica dello psychological debriefing' di Raffaella Paladini passando per la parte pratico-tecnica curata da Paola Gioiosi e la sintesi fatta dallo scrivente, riferendosi al libro 'L'unicità del paziente'. Oggetto di tali lezioni, pensieri e atteggiamenti che fungono da base per qualsiasi intervento, non solo quello del debriefing, fatto da soccorritori direttamente a favore di vittime di situazioni in cui "l'impossibile improvvisamente è diventato possibile". Come sfondo a tale programmazione è stata scelta proprio la tragedia di Stava del 19 luglio 1985: una colata di fango che in pochi minuti ha distrutto un paese e ucciso 268 persone. Emergenze di questo tipo pongono due interrogativi: Cosa è un essere umano? E cosa è il tempo? Le due risposte devono essere operativamente utili. La prima deve esprimersi anche su ciò che è la salute, dato che gli

interventi d'emergenza vogliono preservare e/o ristabilire la salute delle vittime. Ogni essere umano ha un corpo; ogni essere umano è nel medesimo tempo un mondo a sé, una specie di prototipo, mai esistito finora, unico nel presente e non ripetibile o riproducibile nel futuro; ogni essere umano si trova in una qualsiasi rete di relazioni con il mondo esterno, in modo particolare con persone. In fine ogni essere umano è un individuo, ossia un essere indivisibile: i tre aspetti discussi formano un tutt'uno. Non considerare anche solo uno dei tre aspetti discussi significa dividere l'individuo in un contesto dove divisioni e distinzioni hanno fatto da padrone.

Il 18 luglio 1985 buona parte della popolazione di Stava aveva un corpo con parametri medici in asse, bioritmi armonici e capacità di fare intatte. Le personali convinzioni dei singoli abitanti trovavano conferma nel mondo esterno e permettevano loro di viverci a con-



**Istantanea dal IX Campo scuola degli Psicologi d'Emergenza tenutosi a Marco di Rovereto dal 25 al 27 settembre scorsi**

tatto con i propri cari fonte di fiducia, amore e speranza. La più parte possedeva un ruolo all'interno della comunità. Dopo il dramma, la salute di molti sopravvissuti venne scombussolata. Avevano subito una parziale morte: danni fisici, distruzione delle proprie certezze sulle quali avevano costruito la propria esistenza e perdita di cari e del proprio ruolo.

Lo scorrere del tempo è legato a movimenti: se il sole rimanesse sempre all'uguale punto, l'acqua non scorresse più, non girasse un solo soffio d'aria e nessun essere manifestasse un qualsiasi movimento, nemmeno un battito di cuore, il mondo si troverebbe al di fuori del tempo. Per misurare il tempo l'uomo usa movimenti regolari: un anno corrisponde a un giro completo della terra attorno al sole e un giorno a una intera rotazione della terra sul proprio asse. Negli orologi al quarzo un secondo è definito da circa 60'000 vibrazioni di una barretta di silicio. I movimenti, i cambiamenti nella natura e nell'uomo





**Luca Genoni, autore del pezzo sul IX Campo scuola degli Psicologi d'Emergenza**

sono sincronizzati con i movimenti regolari del cosmo e quelli della barretta di silicio: in un giovanotto i primi baffi spuntano dopo che nella sua vita la terra ha compiuto 14 giri attorno al sole e in un adulto i primi capelli bianchi si manifestano dopo 35 giri. Ad ogni giro si aggiungono altri capelli bianchi, raramente tutti in un sol colpo.

Nel 2100 tutte le persone di Stava viventi nel 1985 saranno morte, fra qualche secolo poche case saranno ancora in piedi e persino la morfologia della natura cambierà sui millenni. Il 19 luglio 1985 a Stava tanti di tali inevitabili cambiamenti avvennero in pochi minuti, durante i quali le barrette di silicio hanno continuato a oscillare in modo invariato e la terra ha mantenuto le velocità della propria



L'attimo in cui un'immagine diventa indimenticabile.  
**Questo è l'attimo per cui lavoriamo.**

La Natura è molto più di ciò che vediamo ad occhio nudo. Il nostro compito è di rendere vivibili questi momenti. Da più di 165 anni lavoriamo per rivelare miracoli nascosti, con curiosità e creatività, imponendo nuovi standard con i nostri prodotti innovativi. I nuovi TERRA ED 32 forniscono immagini ultra-nitide e, grazie alle dimensioni compatte, sanno essere sempre nel posto giusto al momento giusto.

rotazione e della sua traiettoria in giro al sole invariate. Quel giorno il tempo a Stava è impazzito; non era più sincronizzato con quello cosmico.

Nelle catastrofi il primo traguardo è salvare la vita fisica dei sopravvissuti e portarli in un luogo sicuro, dove l'evento esterno come tale finisce. Le reazioni interne invece perdurano: ricordi di cose mai viste, rumori mai uditi e odori mai percepiti, pensieri insoliti ed emozioni sconosciute dominano in modo caotico la vita dei sopravvissuti: "l'impossibile diventato possibile", continua ad agire in maniera indiretta e incontrollabile all'interno delle vittime e non si lascia integrare nella traiettoria della loro vita.

In questi drammatici momenti, il debriefing consiste in un colloquio strutturato, a dipendenza della situazione, con singole persone o con gruppi. Il presente articolo si concentra

sui due traguardi principali.

**"Ricordo la distruzione dell'ambiente e il tempo impazzito"**. Il debriefing deve aver luogo in un luogo protetto, tranquillo e spazioso in cui le sedie dei partecipanti formano un cerchio perfetto. Il tempo a disposizione deve essere ampio. Al caos viene risposto con ordine armonico, al tempo impazzito con tranquillità e pazienza.

**"Ricordo la parziale morte dei sopravvissuti"**. Alla nascita si viene al mondo e si è messi al mondo. Per rinascere bisogna perciò rivenire ed essere rimessi al mondo. Nell'essere rimessi al mondo la relazione fra vittime e soccorritori è di primaria importanza. È in essa che le vittime possono sentire rispuntare i primi germogli di fiducia, amore (professionale) e speranza.

In tale contesto avviene il debriefing la cui meta è modellare dal "impossibile, che è di-



GRAND BALCON NORD, CHAMONIX-MONT BLANC, FRANCIA

45° 52' N 6° 53' E



// ESPERIENZA  
MADE BY ZEISS



Esplora il mondo con gli occhi aperti:  
I nuovi TERRA ED 32.

*Bignami*  
del 1939

Distributrice ufficiale: BIGNAMI SPA | tel. 0471 803000 | www.bignami.it



We make it visible.

ventato possibile", un racconto con un inizio e una fine. Da quest'ultimo, che si basa su quanto le vittime hanno percepito tramite i sensi, vanno in una seconda fase distinti e separati da una parte i loro pensieri legati all'evento e dall'altra le emozioni percepite. Entrambi non sono straordinari, perché conosciuti ai debriefer. Il debriefing tenta perciò di trasformare il vissuto caotico in storia circoscritta e pensieri ed emozioni comuni. Si tratta del primo passo verso l'integrazione dell'evento straordinario nella traiettoria di vita di ogni singola vittima. I debriefer suggeriscono

poi i successivi passi: regolarità nell'alimentazione, nel riposo e nel movimento per ristabilire i bioritmi, per rimettere la salute fisica di nuovo in asse, cercare il contatto con persone care e ritornare a studio e lavoro per poter fare e rioccupare il proprio ruolo. Sei settimane separano il primo incontro dal secondo di controllo, durante le quali rimane operativa una hot-line per domande. Ai partecipanti viene suggerito di inventare e compiere prima della scadenza di questi 40 giorni un rito che funge da soglia che chiude l'evento distruttivo e apre la via della rinascita. ■

**Foto ricordo  
per gli psicologi  
partecipanti  
al Campus**

