

# Gestione eventi traumatogeni

## Considerazioni generali

In occasione di un evento traumatico vi sono tutta una serie di fattori imponderabili che faranno sì che l'intervento vero e proprio avrà caratteristiche e peculiarità strettamente legate all'evento in questione.

La non prevedibilità di certe situazioni non deve impedire il raggiungimento di un unico scopo. **L'intervento deve favorire la capacità intrinseca di ogni persona di affrontare e superare l'evento traumatico.**

Per ogni persona si tratta quindi di raggiungere una nuova situazione di equilibrio e armonia fra i propri vissuti, la realtà oggettiva e il personale spettro di relazioni consentendo così di limitare il più possibile delle reazioni che richiederebbero l'intervento di specialisti.

L'intervento in una sede scolastica non sarà mai uniformato e standardizzato. Si dovrà tener conto del diverso grado di coinvolgimento degli allievi e del fatto che di fronte a certi eventi le reazioni sono assai diversificate oltre che inaspettate e spesso imprevedibili. Sovente casi traumatici coinvolgono più sedi scolastiche e questo è dovuto alla configurazione del nostro territorio ma anche alla specificità dei singoli istituti.

Considerando gli aspetti elencati risulta prioritario poter disporre di un modello di intervento ben definito e che consenta a chi lo applica di operare con la necessaria professionalità.

## Il modello STOP

Sicurezza	—————>	materiale
Trasmettere, parlare, spiegare	—————>	informazione corretta
Organizzare	—————>	cosa facciamo?
Pari/famigliari (genitori)		

## Applicazione del modello alla scuola: cosa significa?

**Sicurezza:** creare stabilità nelle prime fasi emotive, protezione dai mass media, garantire la routine scolastica.

**Trasmettere:** parlare per chiarire l'accaduto, ricordi positivi per prevenire il senso di confusione (fare il possibile per fare in modo che ciò avvenga in un tempo determinato e in momenti ben definiti).

**Organizzare:** creare momenti dedicati ai ricordi positivi, rituali. Permettere ad ogni allievo di esprimere il proprio vissuto e di dare forma alle proprie emozioni.

**Pari:** informare insegnanti, contesto scolastico, le autorità e, se necessario, i genitori.

## Sicurezza

Partiamo da una delle possibili definizioni di evento traumatico. Esso è considerato come un'accelerazione improvvisa e imprevedibile di un evento che rompe i ritmi naturali. Per tale motivo l'obiettivo primario della scuola diventa quello di ripristinare il più presto possibile il normale ritmo quotidiano permettendo agli allievi di ritornare ad una situazione di normalità.

La scuola aiuta in tal modo a far ripartire, a reintegrare e a ridare ritmo all'allievo. L'intento è quello di far comprendere che l'evento in sé è un aspetto "anomalo" che può presentarsi nel corso della vita ma che è possibile ritrovare poi la normalità.

In queste situazioni risulta fondamentale poter disporre di un ambiente altamente strutturato che consenta di mantenere i ritmi mentre i contenuti verranno adeguati.

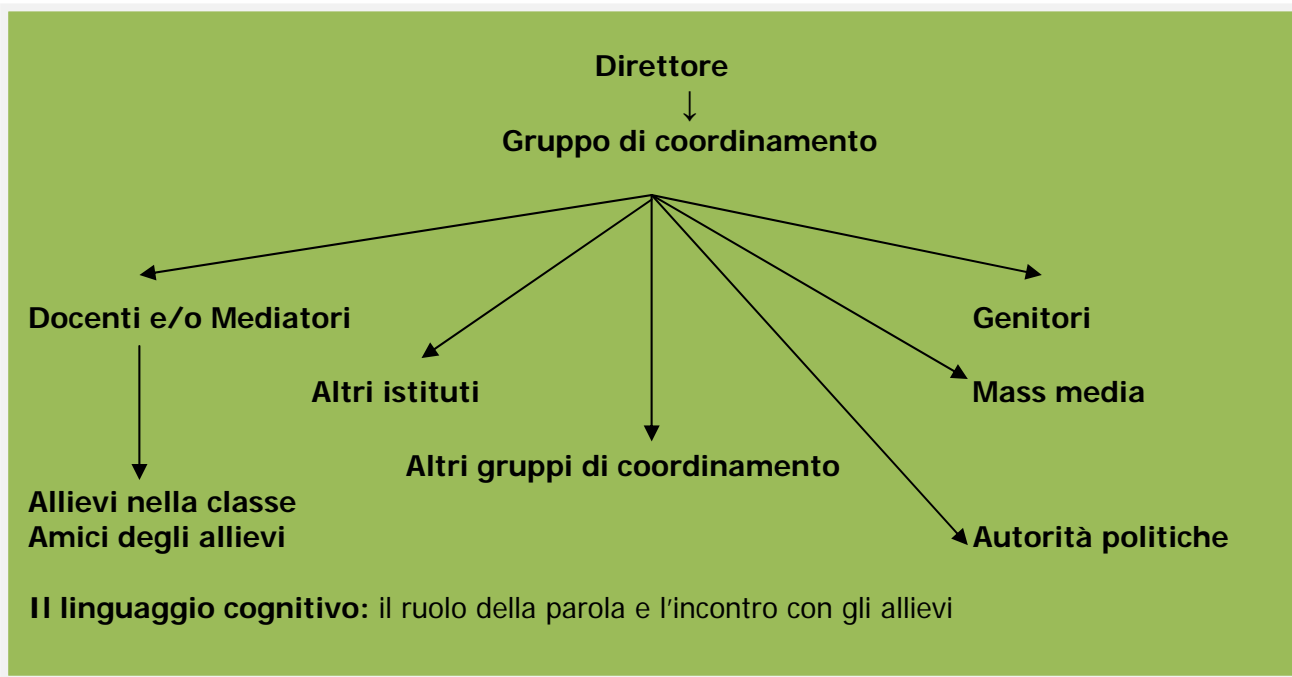
La scuola, in queste circostanze, oltre che un ambiente strutturato diventa anche luogo sicuro e intimo. È auspicabile che possa diventare luogo di ritrovo anche in caso di eventi tragici che dovessero accadere durante le vacanze scolastiche e i fine settimana.

## Trasmettere

Siamo di fronte all'aspetto che probabilmente risulta essere quello più delicato e che occorre considerare con tutte le cautele possibili in quanto fondamentale per l'esito stesso dell'intervento. In occasione di un evento traumatico si scatena da più parti la richiesta di informazioni da parte di più persone: da quelle direttamente coinvolte, ai docenti, alle famiglie, ai media e alle autorità scolastiche.

Nessuna di tali richieste deve essere sottovalutata in quanto risponde a bisogni, a vissuti ed esperienze a cui bisogna dare un seguito e una risposta.

## Persone da informare



LINGUAGGIO COGNITIVO		
<b>Raccontare</b>	<b>Cosa è successo?</b>	<b>Quando?</b>
<b>Ascoltare</b>		<b>Dove?</b>
		<b>Che cosa?</b>
<b>Ripresa</b>		<b>Come?</b>
		<b>Chi?</b>
<b>Non favorire o insistere sugli aspetti emozionali</b>		

Dapprima si procede con la ricostruzione temporale dei fatti evitando di entrare nel vissuto emotivo. A tale proposito si farà uso di un “linguaggio cognitivo” per evitare (a chi racconta) di farsi condizionare dalle emozioni.

Informare significa ordinare il caos che provoca l'evento tragico e tentare di normalizzare l'inaccettabile (“è normale che tu sia preoccupato”). In questa fase ci vuole particolare attenzione nel porre le domande, bisogna essere precisi nel raccontare quanto è successo (data, ora, luogo...) al fine di ricostruire una storia aderente alla realtà degli eventi.

La narrazione non deve cominciare dall'evento traumatico, ma da un momento precedente di tranquillità, sicurezza e normalità che sia significativo per chi ascolta. La ricostruzione continua con i momenti successivi all'evento traumatico, quando le persone coinvolte hanno acquisito la consapevolezza che tutto era terminato.

La tecnica descritta permette di stabilire due pilastri di sicurezza assai importanti: “il prima e il dopo evento traumatico”: essi consentono di marcarne e delinearne i limiti e di stabilirne la durata (generalmente molto breve).

La ricostruzione di quanto successo avviene chiedendo agli allievi **cosa hanno visto, sentito, toccato, fatto e odorato**: alla fine deve risultare una versione unica e coerente dell'accaduto. La ricostruzione non può essere fatta da un adulto che ha assistito all'evento in quanto il suo vissuto è simile a quello delle altre persone coinvolte. È in queste fasi che la ricostruzione può diventare compito di un adulto che non è stato toccato direttamente dall'evento (per esempio un membro del gruppo di coordinamento).

Al termine, chi ascolta, deve ripetere nel modo più dettagliato e ordinato possibile la sequenza precisa degli eventi così come sono stati raccontati citando quanto è avvenuto prima, l'evento e il dopo. Egli sollecita chi ascolta a correggere in caso di imprecisioni. Unicamente una storia chiara può cominciare ad essere accettata ed elaborata. Durante la ricostruzione non si prendono appunti.

Dopo essere stati informati dei fatti, gli allievi possono commentare quanto è avvenuto. Funzione principale dell'adulto è quella dell'ascolto e del contenimento delle emozioni.

Le attività scolastiche devono poi riprendere normalmente.

## Quando parlare dell'evento (i rituali)

Si può parlare dell'evento (per esempio) il mattino al rientro o all'inizio delle lezioni ma poi si deve tornare alla "normale routine" delle giornate di scuola anche se la mente degli studenti è logicamente altrove.

Un obiettivo importante è quello di ritrovare un equilibrio tra la routine scolastica e l'evocazione/rievocazione dell'accaduto.

## Organizzazione

È importante che l'aspetto dell'informazione sia distinto dal momento dedicato al pensiero e all'espressione dei sentimenti e delle emozioni suscitate.

Dopo aver gestito l'informazione, è opportuno prevedere dei momenti e degli spazi strutturati dove il gruppo si ritrova per elaborare l'evento con l'aiuto dell'adulto.

In questi momenti non conta tanto l'attività proposta quanto la capacità di ascolto e di contenimento dell'adulto. È importante dedicare del tempo alle reazioni degli allievi dando loro la possibilità di esprimersi attraverso la parola, la scrittura, il disegno...

Il bisogno dello "stare insieme", dell'aggregarsi, del condividere e del sentirsi parte di un gruppo è evidente e può trasformarsi in un "momento di rinascita".

È il gruppo che può contribuire a dare un proprio significato all'evento partendo dal presupposto che non esiste un significato intrinseco a quanto accaduto.

In questa fase gli allievi devono anche essere informati sulle possibili reazioni di fronte ad eventi così tragici e comprendere che esse sono assolutamente normali. Devono inoltre avere informazioni e consigli su come prevenirle e superarle (esercizi di respirazione, alimentazione, sonno, attività sportive...).

Infine non bisogna dimenticarsi del rientro a casa degli allievi: distribuire una nota informativa per i genitori e tenere lontani gli allievi dai mass media possono rappresentare "degli accorgimenti" importanti...

## Pari

Le famiglie devono essere informate da una sola persona della sede. È possibile informare le famiglie (tramite gli allievi) su quanto la sede intende organizzare a seguito dell'evento traumatico (apertura straordinaria della scuola, momenti di incontro, partecipazione ai funerali...).

Anche i docenti devono essere avvisati da una sola persona della sede che prende contatto con loro appena è stata definita la gestione del tempo per la giornata successiva all'evento.