

Vi comunichiamo e condividiamo con voi l'intervento di supporto psicologico in emergenza che abbiamo svolto i primi di giugno a Padova nel Liceo Scientifico Ippolito Nievo.

Come molti di voi sapranno il 10 maggio 2015 un alunno della quinta è morto cadendo da un albergo di Milano dove si trovava in gita scolastica con la sua classe.

L'evento ha avuto una risonanza tale che tutti i giornali, telegiornali e trasmissioni televisive nazionali ne hanno a più riprese parlato, favorendo l'esposizione mediatica dei compagni di classe e incrementando il livello di traumatizzazione.

Tutto questo accanimento unito alla mancanza di chiarezza sulle possibili cause, ha sconvolto e reso complesso il lutto turbando profondamente i ragazzi, i genitori e gli insegnanti dell'intera scuola. Ad aggravare la situazione, già molto complessa, c'erano state anche le indagini e l'esame di maturità, che a breve avrebbero sostenuto gli alunni delle due classi quinte.

Fin dai primi momenti una collega psicologa della zona presente a Padova su richiesta degli insegnanti ha fatto in modo di essere di sostegno agli studenti, raccogliendo i bisogni, fornendo l'ascolto necessario agli insegnanti e aiutando la scuola a formalizzare una richiesta d'intervento specialistico all'associazione EMDR.

Grazie alla sua tempestività e professionalità si è riusciti a programmare un piano di intervento completo e specializzato che ha incluso tutti gli studenti delle due classi quinte, i genitori e gli insegnanti dell'intera scuola.

La realtà in cui la squadra di psicologi ha operato è apparsa molto difficile: tutti i ragazzi erano ancora molto sofferenti e attivati sia dall'incidente critico che dal processo di lutto anche se cercavano di evitare molte delle emozioni e congelare il loro dolore per concentrarsi sull'imminente maturità, gli insegnanti non riuscivano ad essere di sostegno ai ragazzi a causa dell'elevato livello di coinvolgimento emotivo e i genitori erano molto arrabbiati e sconvolti. Per facilitare la normalizzazione delle reazioni emotive, l'integrazione dei vissuti e la decompressione dello stress da incidente critico si sono considerati tutti e tre i gruppi di popolazione coinvolta: studenti, insegnanti e genitori.

In un contesto così complesso ed articolato è stato importante pianificare l'intervento da seguire utilizzando i protocolli del pronto soccorso psicologico e dell'EMDR in fase acuta, tutto questo ha permesso di avere una linea guida precisa e ad essere di sostegno alle vittime. L'associazione EMDR ha aiutato e supportato il lavoro di squadra degli psicologi.

L'intervento è stato così articolato:

- con gli insegnanti è stato effettuato un debriefing e successivamente incontri individuali di EMDR. L'incontro di gruppo è stato loro molto utile, hanno potuto condividere l'impatto emotivo: il dolore, la rabbia e le preoccupazioni. Ciò ha permesso di non sentirsi più isolati ma parte di un gruppo di colleghi che avevano gli stessi vissuti, che hanno condiviso in una situazione di sicurezza.

- con i genitori delle classi coinvolte è stato effettuato un intervento psicoeducazionale (CISO) per spiegare le reazioni da stress conseguenti a un incidente critico e gli sviluppi post-traumatici, offrire ascolto e normalizzare le reazioni emotive. Inoltre è stata data la possibilità di riconoscere e osservare in se stessi e nei propri figli i segnali dello stress subito e intervenire facilitandone l'integrazione. Accanto a questo intervento è stata offerta a tutti la possibilità di accedere a incontri individuali con le psicologhe.
- con gli studenti abbiamo strutturato tre interventi con il gruppo classe in cui abbiamo utilizzato EMDR di gruppo. Si è poi offerto a tutti gli studenti di poter accedere a degli incontri di supporto individuale con l'utilizzo dell'EMDR.
- Si è data la possibilità a tutti i gruppi coinvolti (insegnanti, genitori, alunni e personale della scuola) di poter usufruire di colloqui individuali gratuiti con EMDR.
- In forma anonima si è richiesta la compilazione all'inizio e alla fine del supporto della IES-r.

Il feedback ricevuto a seguito dell'intervento è stato molto positivo: si sono avute molte richieste di colloqui individuali e c'è stata una grande partecipazione a tutti gli incontri di gruppo sia da parte dei genitori che degli insegnanti e dei ragazzi. Per gli insegnanti è stato fondamentale elaborare la loro sofferenza e sentirsi sostenuti con i ragazzi, i genitori si sono rassicurati e rinforzati nel loro ruolo. I ragazzi più sofferenti hanno potuto accedere ai colloqui individuali ed essere aiutati nell'integrazione e nella remissione delle reazioni. In generale le reazioni conseguenti allo stress post traumatico si sono ridotte nel susseguirsi dei colloqui ed è stata evidente la differenza tra il pre e il post intervento.

La squadra di psicologi intervenuta è stata composta da cinque colleghi specializzati in EMDR, con competenze specifiche. Tutti i colleghi si sono resi disponibili mantenendo attivo l'intervento anche durante l'esame di maturità e per l'intero mese di Luglio. Sono state raggiunte più di cento persone grazie alla tempestività della rete e alla disponibilità della squadra di supporto. L'associazione EMDR ha accompagnato e supervisionato i colleghi operativi.

Per tutti quelli che si sono trovati a lavorare sul campo è stata un'occasione di crescita umana e professionale. A tutte le persone con cui abbiamo lavorato va il pensiero, la solidarietà e la nostra gratitudine.

Siamo anche soddisfatti del fatto che queste persone hanno ricevuto l'intervento indicato dalle linee guida dell'Organizzazione Mondiale della Salute per questi tipi di evento.