



SCHEDA STRUMENTI METODOLOGICI

ASSOCIAZIONE EMDR ITALIA

Negli ultimi 30 anni abbiamo assistito alla nascita ed allo sviluppo di una nuova disciplina legata al contesto dell'emergenza che sta incontrando sempre maggiore interesse e diffusione: la Psicologia dell'Emergenza. Nel 1983 Mitchell e collaboratori hanno sviluppato un programma di Gestione Globale dello Stress da Incidenti Critici (Critical Incident Stress Management, CISM). Questo programma, o qualche variante dello stesso, viene utilizzato in molti paesi occidentali nei piani nazionali rivolti alla gestione delle emergenze.

L'emergenza sanitaria che sta includendo tutta l'Italia rientra pienamente in quello che possiamo considerare un Incidente Critico Collettivo inserito, che per definizione è un qualsiasi evento con un impatto sufficientemente stressante da sopraffare le capacità di reazione normalmente efficaci di un individuo o di un gruppo. Sono situazioni che sfociano in una sensazione preponderante di vulnerabilità e/o mancanza di controllo. Lo scenario su cui siamo chiamati ad intervenire è di una maxiemergenza, simile al bioterrorismo. La collettività tutta è colpita da un'incredibile e assurdo stravolgimento del senso di sicurezza e di controllo. In tal senso l'Associazione EMDR ha previsto di intervenire fin dalle prime fasi offrendo supporto a tutte le vittime coinvolte.

Programma di intervento

L'intervento seguirà tempistiche e tecniche diverse in base ai destinatari dello stesso. Riferendosi alla classificazione proposta da Taylor e Frazer (1989), che suddivide le vittime di Incidenti Critici per livelli a seconda del grado di prossimità e coinvolgimento all'Evento, possiamo identificare le persone destinatarie del programma di supporto psicologico e le modalità di intervento.

- 1. Vittime di primo tipo.** Chi subisce in maniera diretta l'evento traumatico ed emergenziale.
- 2. Vittime di secondo tipo.** Parenti e persone care alle vittime di primo tipo.
- 3. Vittime di terzo tipo.** Personale di soccorso, sanitari, forze dell'ordine, vigili del fuoco.
- 4. Vittime di quarto tipo.** La comunità coinvolta nell'evento traumatico, eventuali responsabili dell'evento stesso.
- 5. Vittime di quinto tipo.** Persone con un equilibrio emozionale tale che, anche se non coinvolte direttamente, possono risentire dell'evento o sviluppare una sintomatologia post-traumatica, con un incremento della sintomatologia ansiosa, anche a chilometri di distanza, influenzati dalla pressione mediatica dell'evento.
- 6. Vittime di sesto tipo.** Persone che, per differenti motivi, abbiano la consapevolezza che potevano essere loro stesse le vittime dell'evento.

TIPOLOGIA DI INTERVENTO	DESCRIZIONE DELL'INTERVENTO
CISO	<p>Il CISO è un intervento psico - educativo da svolgere subito a seguito del verificarsi dell'evento traumatico. Coinvolge e può essere diretto a tutta la popolazione coinvolta nel vissuto post - traumatico. All'interno del CISO vengono descritte, spiegate e analizzate le seguenti tematiche:</p> <ul style="list-style-type: none"> - definizione di cosa sia un evento critico o potenzialmente traumatico; - le reazioni psicologiche che possono essere presenti, sia negli adulti sia nei bambini, a seguito di un evento critico o potenzialmente traumatico; - i fattori di vulnerabilità (es. livello di coinvolgimento, livello di assurdità)che possono intercorrere come fattori che influenzano la risposta post - traumatica; - linee guida di riferimento sui comportamenti utili che devono essere messi in atto; - spiegazione dello strumento EMDR (<i>Eye Movement Desensitization and Reprocessing</i>) come metodo efficace nella cura delle reazioni post - traumatiche.
DEFUSING	<p>Strumento metodologico standardizzato ed utilizzato nelle tipologie di intervento rapido e di emergenza. L'obiettivo è quello di aiutare le persone ad alleviare e gestire gli effetti di un'esperienza dolorosa. L'intervento di defusing è possibile attuarlo in differenti modalità. Dal singolo all'essere rivolto a un gruppo di persone (max. 20) omogenee tra loro (es. stesso evento critico, età). Durante la procedura i partecipanti condividono liberamente le proprie impressioni e le proprie esperienze in merito all'evento critico. Inoltre, vengono fornite alcune nozioni relative alla Psico - traumatologia e alle reazioni da stress-acuto.</p> <p>Il defusing è gestito da diversi conduttori esperti nel campo degli interventi in emergenza e della Psicologia del trauma. Particolarmente adatto alle vittime di terzo tipo.</p>

TIPOLOGIA DI INTERVENTO	DESCRIZIONE DELL'INTERVENTO
DEBRIEFING	<p>Il Debriefing è uno dei principali strumenti per aiutare la popolazione colpita da un evento critico o potenzialmente traumatico, serve a dare un senso a quello che hanno vissuto e prevenire la possibilità di sviluppo futura di problemi psicologici. Gli scopi dell'utilizzo di questo strumento sono:</p> <ul style="list-style-type: none"> - prevenzione del Disturbo da Stress Post - Traumatico; - contenimento delle reazioni post - traumatiche; - elaborazione più rapida di quello che è accaduto. <p>Come, il Defusing, può essere rivolto ad un gruppo di popolazione omogenea tra loro ed è gestito e condotto da professionisti nell'ambito della Psico - traumatologia e degli interventi in emergenza ed è particolarmente adatto alle vittime di terzo tipo.</p>
EMDR	<p>L'EMDR, scoperto nel 1987 da Francine Shapiro, rappresenta ad oggi lo strumento principale all'interno delle linee guida dell'OMS per il trattamento del Disturbo da Stress Post - Traumatico. L'EMDR si basa sull'elaborazione adattiva dell'informazione. Il suo obiettivo, attraverso l'utilizzo della stimolazione alternata e ritmica degli emisferi cerebrali, è quello di riattivare il processo di auto - guarigione del cervello e desensibilizzare i momenti più disturbanti connessi all'evento critico o potenzialmente traumatico. Durante gli interventi in emergenza viene utilizzato il protocollo EMDR per un evento traumatico recente (Shapiro & Laub) o il protocollo EMDR di gruppo (Jarero & Artigas), oltre che protocolli per la stabilizzazione individuale (G. Quinn, E. Shapiro) .</p>