

**Ufficio Stampa della Provincia autonoma di Trento**

Piazza Dante 15, 38122 Trento

Tel. 0461 494614 - Fax 0461 494615

uff.stampa@provincia.tn.it

**COMUNICATO n. 2917 del 13/10/2023**

**Settimana della Protezione civile. Confronto aperto tra gli operatori grazie agli Psicologi per i popoli del Trentino**

## **Così i soccorritori gestiscono lo stress nelle operazioni più complesse**

**Non eroi, ma professionisti del soccorso che nello svolgimento della propria attività devono far affidamento sulla propria formazione tecnica. E non solo su quella. Nella gestione delle emergenze è necessario essere preparati ad affrontare reazioni fisiche ed emotive sia nelle vittime sia in se stessi. Perché si è uomini e donne anche se si indossa una divisa alla quale si è legati da un forte senso di appartenenza. Il tema è stato ieri sera al centro di un appuntamento dedicato ai membri delle Strutture operative della Protezione civile e promosso dagli Psicologi per i popoli del Trentino Odv negli spazi della Biblioteca universitaria centrale. “Conoscere le proprie reazioni e condividerle è fondamentale per gestirle e continuare così svolgere la propria opera di aiuto con equilibrio psicologico ed efficacia professionale” hanno spiegato Diego Coelli, Giovanna Endrizzi e Laura Valer agli operatori (Vigili del fuoco volontari, Croce rossa e Nuvola) intervenuti all’incontro, inserito nel ricco calendario della Settimana della Protezione civile. “Il soccorritore per definizione è attento ai bisogni degli altri, ma è anche un essere umano dotato della stessa fragilità che percepisce e cura nelle vittime” sono state le loro parole.**

Percezione di sé, respiro e gestione dello stress appaiono come strumenti fondamentali per affrontare le situazioni più complesse, che mettono alla prova la stabilità emotiva anche degli operatori più navigati. La fase dell’intervento - è stato detto - espone ad esperienze che possono generare stress ed in qualche caso veri e propri traumi. In quel preciso momento si mette a frutto la propria preparazione professionale, da cui possono conseguire sensazioni positive di euforia ed efficacia, quando si riesce a prestare effettivamente aiuto. Ma qualora l’intervento non avesse successo, possono sorgere sentimenti di inadeguatezza, delusione e colpa.

Per i soccorritori è dunque importante riconoscere le proprie reazioni emotive e - a conclusione degli interventi più complessi sotto il profilo psicologico - condividere le proprie sensazioni con i colleghi in un momento di debriefing. Questo consente di integrare le diverse esperienze vissute, i vari punti di vista e le percezioni. Con l’aiuto di chi ha partecipato alle operazioni, si possono infatti mettere in ordine eventi e pensieri: l’ascolto e il dialogo consentiranno di osservare l’emergenza sotto diversi punti di vista, creando un clima di solidarietà nel gruppo.

**Scarica l'intervista a Daniele Barbacovi, presidente di Psicologi per i popoli del Trentino >**

<https://t.ly/pIfkF>

<https://www.youtube.com/watch?v=G42BpIRwPQg>

(a.bg)