



DISTURBI PSICOLOGICI POST-DISASTRO

XIII Congresso Nazionale SIMEUP, Foligno 7/10/2017

Dott.ssa Paola Angelucci



DISASTRO

- ➔ Grave sciagura che provoca danni di vaste proporzioni e causa la morte di diverse persone; soprattutto con riferimento a scontri ferroviari, collisioni di navi, sciagure aeree, e sim.
- ➔ Rovina, danno irreparabile prodotto da calamità naturali, da interventi dell'uomo sul territorio, dalla guerra, da attentati...



DISASTRO

Fatto, avvenimento, anche non calamitoso in sé, che è causa di gravi perdite o danni, sventura, tragedia.

DIVERSI SIGNIFICATI DI TRAUMA

Nella lingua italiana la parola trauma assume alcuni significati che si riferiscono:

- Al concetto di ferita
- Ad un lesione fisica o ad un'emozione violenta
- Ad un evento violento circoscritto che si presenta improvvisamente
- Qualsiasi evento negativo che incide sulla persona e la disorienta

L'ESPERIENZA TRAUMATICA

IL TRAUMA ACUTO



un'esperienza
sopraffacente

L'ESPERIENZA
STRESSANTE
CRONICA



trauma interno
all'identità

D. da STRESS POST TRAUMATICO

L'impatto traumatico di alcune esperienze estreme dove si è esposti **a morte reale o minaccia di morte**, diretta o assistita è ormai universalmente riconosciuto e definito all'interno della nosografia ufficiale ed i sintomi principali:

- La presenza di ricordi involontari, ricorrenti, intrusivi, di sogni ricorrenti, spiacevoli legati all'evento
- Un persistente evitamento di stimoli associati al trauma
- Alterazioni negative di pensieri ed emozioni
- Marcate alterazioni dell'arousal e del comportamento
- Sintomi dissociativi: depersonalizzazione ,derealizzazione

COSA DICE IL DSM 5

- IL DSM 5 individua criteri per gli adolescenti ed i bambini con età superiore a 6 anni riferibili a quelli degli adulti e criteri per bambini sotto 6 anni.
- La caratteristica essenziale del disturbo è lo sviluppo di sintomi tipici che seguono l'esposizione all'evento traumatico e che persistono a distanza di oltre un mese



D. Da STRESS POST TRAUMATICO

- Le alterazioni provocano comunque un disagio clinicamente significativo e una compromissione del funzionamento in ambiti:
 - familiare
 - scolastico
 - sociale

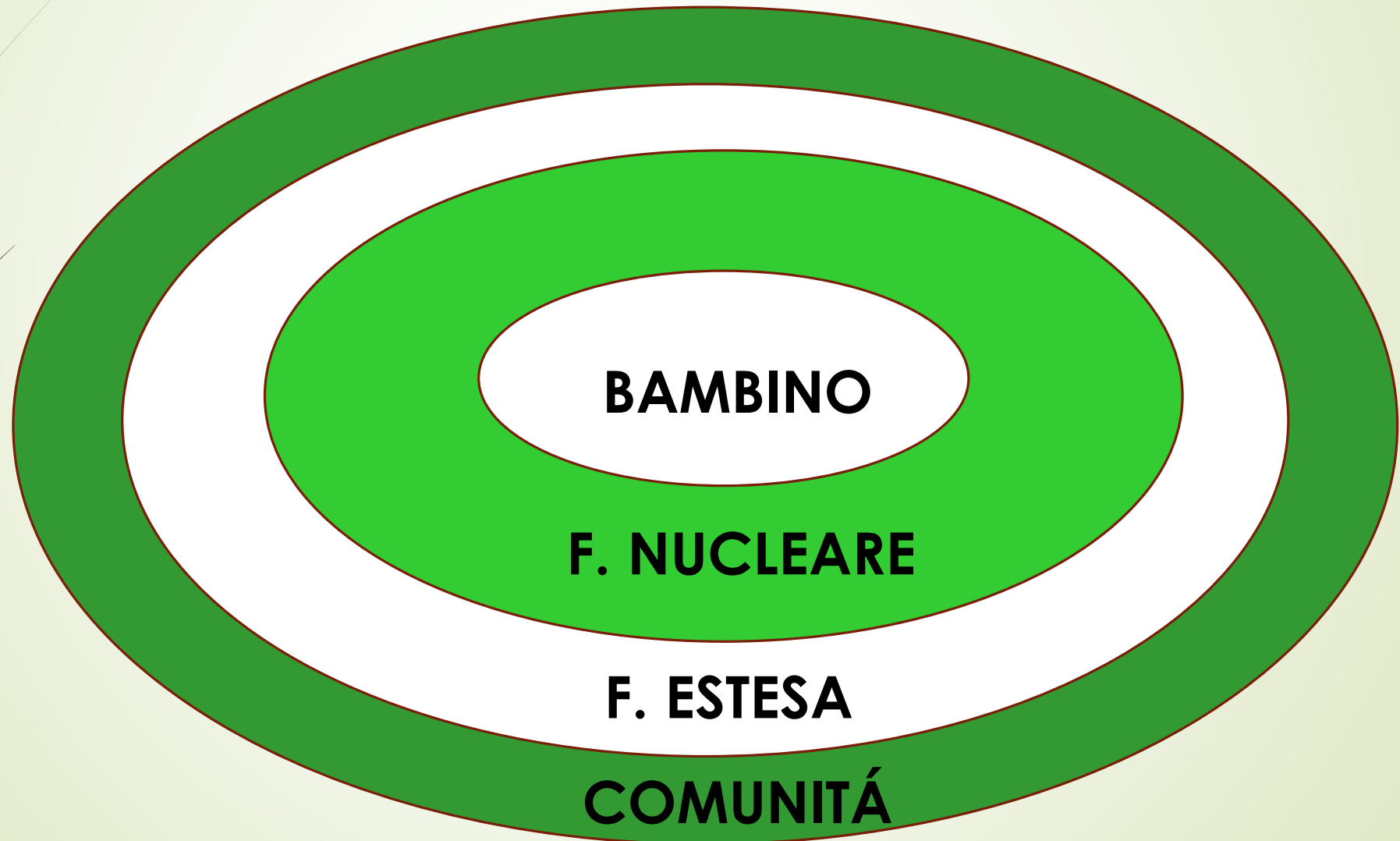
LE REAZIONI POST-TRAUMATICHE

REAZIONI PSICOSOMATICHE	COSA VUOL DIRE	PENSIERI TIPICI
IPERVIGILANZA	Agitazione interna, allarme, eccitazione	«Sono in pericolo» «Sto scoppiando» «Chissà cosa accadrà?»
DEPRESSIONE	Stanchezza cronica, malumore, demotivazione, ritiro	«Sono uno sfigato» «Sono un peso» «Niente vale la pena» «Non ho futuro»
DISSOCIAZIONE	Ce la posso fare solo se i pezzi di me vanno ciascuno per conto proprio, disintegrazione	«Occhio non vede cuore non duole» «Stacco la spina» «In fondo che problema c'è» «Non mi ricordo» «Se non ci penso sto meglio»

COSA SUCCEDDE

REAZIONI PSICOSOMATICHE	COME SI VEDE
IPERVIGILANZA (squilibrio nella secrezione delle catecolamine)	Si è sempre in allarme, tesi, eccitati, non si riesce mai a rilassarsi. Non si riesce ad addormentarsi e ci si sveglia di notte. Si è sempre pronti a litigare ci si mette nei guai, si vive nella paura che succedano brutte cose.
DEPRESSIONE (squilibrio nella secrezione del cortisolo)	Sempre tristi, rintanati, niente fa stare bene, si pensa e si ripensa alle stesse cose, non si hanno speranze, si prova vergogna.
DISSOCIAZIONE (squilibrio nelle secrezione delle endorfine)	Si scappa dalla realtà, si stacca la spina, si ha sempre male da qualche parte (testa, pancia, ecc), «È il mio corpo che sta male mica io», «La testa sta sempre sulle nuvole» «non penso non sento», non si riesce a concentrare, o si dimenticano o si perdono le cose.

IL BAMBINO NASCE IN UNA TRAMA DI RELAZIONI:





NON ESISTE L'INDIVIDUO ISOLATO

A livello psicologico ciascuno di noi è inserito in una trama di relazioni a cui siamo legati non solo a livello **affettivo**, ma anche a livello **cognitivo** (riconoscimento di chi appartiene alla famiglia), ed **etico** (coloro a cui dobbiamo qualcosa e che ci devono qualcosa).



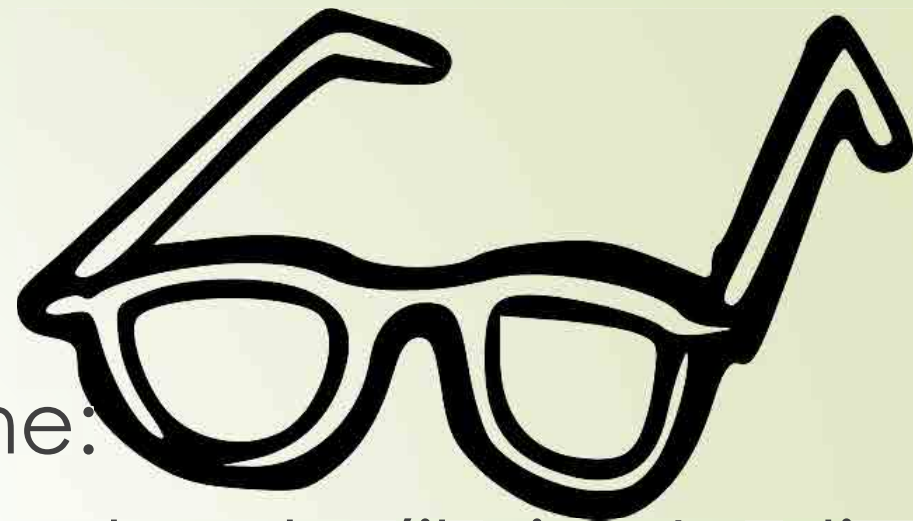
FAVOREVOLI CONDIZIONI DI CRESCITA:

Una buona relazione d'attaccamento incide nella formazione del sé, permette la costruzione di una buona rappresentazione interna di sé stessi, come di una persona capace di attribuire significato alle situazioni, di poter incidere su di esse attraverso i propri comportamenti

CONDIZIONI DI CRESCITA TRAUMATICA

- Gravi discontinuità nell'accudimento,
- Abbandoni o al contrario eccessivi e confusivi coinvolgimenti
- Maltrattamenti-violenza assistita
- Abusi sessuali ecc...

OCCHIALI



Chi ha vissuto esperienze traumatiche:

- Tende a vedere il mondo come malevolo (il vissuto di impotenza e tradimento genera diffidenza e tendenza a strumentalizzare l'altro)
- Tende a vedere se stesso come portatore di una colpa originaria

La reazione al trauma è pericolosa come il trauma stesso.

L'ESPERIENZA TRAUMATICA

IL TRAUMA ACUTO



un'esperienza
sopraffacente

L'ESPERIENZA
STRESSANTE
CRONICA



trauma interno
all'identità



L'ESPERIENZA TRAUMATICA

L'ESPERIENZA STRESSANTE CRONICA è un trauma interno all'identità.

Un trauma complesso-cumulativo di una serie di esperienze che isolatamente non si possono definire traumatiche ma che lo diventano nel corso del tempo venendo ad accumularsi.

TRAUMA MONDO INTERNO E REALTÁ ESTERNA

Phyllis Greenacre alla fine degli anni ottanta si era occupata di trauma, ed utilizza l'aggettivo «traumatico» per definire *«tutte le condizioni che appaiono chiaramente sfavorevoli, nocive o decisamente dannose per lo sviluppo del bambino»*.

SIGNIFICATO SOGGETTIVO DELL'ESPERIENZA TRAUMATICA

Se è vero che noi possiamo affrontare le vicende della vita, soprattutto quelle più complesse, grazie al fatto di sentirci persone capaci, che hanno valore e con un'idea del mondo dotato di senso è intuitivo comprendere quanto è importante il tessuto nel quale la ferita costituita dall'evento traumatico va ad incidere

DAI SINTOMI ALLE RISORSE

Dalla prospettiva **PSICOPATOLOGICA**



Alla prospettiva **CENTRATA:**

- Risorse
- Capacità di recupero
- cambiamento

RESILIENZA

Che cos'è la **«RESILIENZA»**?

Dal latino -resalio «saltare»,
«rimbalzare».

Scienze fisiche ed ingegneristiche
- capacità di resistere ad urti tipico di
alcuni oggetti inanimati che
mantengono la propria integrità
funzionale.



Resilienza:

Dono esclusivo di alcune persone?

Normale processo di sviluppo che può aver luogo in alcune condizioni, che deriva da fattori esterni ed interni agli individui?



La Resilienza si lega a tre concetti chiave:

1. Rischio psicosociale

2. Fattori protettivi

3. Vulnerabilità



I fattori protettivi:

1. Caratteristiche individuali
2. Fattori familiari
3. Caratteristiche della comunità
4. Scuola

