

L'alluvione negli occhi

Micaela Barnato, Elena Carbone, Gloria Montecorboli,

Anna Nardoni, Lorella Re, Francesca Tinelli

"E' una follia abbandonare tutte le rose perché una spina ti ha punto....

.ci sarà sempre un'altra opportunità.....

per ogni fine c'è un nuovo inizio.....

Se tu vieni, per esempio, tutti i pomeriggi alle quattro,

dalle tre io comincerò ad essere felice...."

Saint Exupéry

Il 14 settembre 2015 un'alluvione breve e inaspettata ha colpito la provincia piacentina. Il forte maltempo si è abbattuto sull'Emilia e, colpendo principalmente alcune frazioni di Piacenza (Ferriere, Bettola, Roncaglia e Farini), ha gonfiato enormemente il corso del torrente Nure, che è esondato in alcuni punti. Strade ricoperte di fango, case allagate, un'azienda di legname distrutta, la strada a Bettola interrotta; la furia della corrente del fiume ha letteralmente travolto e portato via con sé l'asfalto, ha creato grosse crepe nel manto stradale e una voragine ha interrotto il percorso della strada. Tre i decessi per questa alluvione-lampo, numerose le persone che hanno vissuto momenti di terrore, vulnerabilità e impotenza. Il Comune ha immediatamente creato un gruppo di soccorso, formato da volontari che si sono adoperati per spalare fango, portare viveri e beni di prima necessità ai cittadini colpiti e cercare di portare al sicuro gli anziani, che non avrebbero mai voluto abbandonare la loro casa diventata ormai inagibile. Il volontario responsabile dei soccorsi, nella frazione di Roncaglia, ha contattato una terapeuta dell'associazione E.M.D.R. Italia, che ha spiegato allo stesso e al comune di Piacenza come richiedere l'intervento dell'Associazione che, prontamente, ha strutturato un progetto a sostegno della comunità colpita. E' stato costituito un gruppo d'intervento, che si è presentato nella frazione che aveva richiesto aiuto, per fare un incontro psicoeducazionale (CISO) e mettere in atto le prime fasi del protocollo di psicologia dell'emergenza. E' stato, inoltre, divulgato l'aiuto dell'Associazione EMDR tramite un articolo sul giornale locale, che spiegava le modalità d'intervento della stessa e riportava i numeri di telefono di due terapeute facenti parti del team, da chiamare per richiedere un colloquio gratuito. Le colleghe volontarie si sono prodigate per spiegare ai Sindaci delle varie frazioni colpite le modalità di contatto e di richiesta d'intervento all'Associazione.

La necessità emergenziale di reperimento delle risorse primarie nell'immediato post crisi, ha posto alcune Popolazioni ed alcune Amministrazioni, per la straordinaria gravità della situazione, nella condizione di non riuscire a intercettare la disponibilità del supporto psicologico offerto.

L'intervento del gruppo degli psicologi dell'emergenza dell'EMDR è iniziato circa due settimane dopo l'alluvione: il clima del primo incontro era davvero triste, lo specchio del dramma che aveva rotto gli argini concreti ed emotivi delle persone.

L'accoglienza è avvenuta nel cuore di Roncaglia, partendo dal bar che è stato il setting principale dell'intervento. Molti colloqui sono avvenuti all'interno di esso che è diventato un luogo pronto ad accogliere le storie e le sofferenze delle persone.

L'emergenza ha scatenato nella popolazione reazioni emotive molto intense ma anche molto diverse tra loro: attacco, fuga, congelamento e freezing, (Panksepp J., 1998; Nijenhuis E., van der Hart O., Steele K.,

2004; Ogden P., Minton K., Pain C., 2006). Il gruppo delle vittime partito in assunto di base si è trasformato velocemente in gruppo di lavoro (Bion W., 1961).

Le dinamiche relazionali fra le psicoterapeute e le vittime dell'alluvione sono cresciute e maturate velocemente nel corso dell'intervento, consentendo di costruire un rapporto di fiducia che si è, infine, trasformato in gratitudine. Tutto questo è avvenuto in maniera totalmente spontanea e naturale.

Gli stralci delle storie di Ludovica, Eva, Stella, Pietro e Mavel (nomi di fantasia), danno l'idea di quanto questa alluvione abbia ferito il cuore delle comunità colpite: *"Mentre lavoravo, nel luogo in cui da anni trascorrevi la mia giornata e dove mi sentivo al sicuro, in mezzo a volti che conosco, ho sentito qualcuno urlare -scappate, scappate!-. Inizialmente ho pensato ad uno stupido scherzo, poi mi sono affacciata ed ho visto un'ondata invadere la strada. Non era acqua, ma l'inferno che galoppava verso di me. Da diversi giorni il nostro paese era stato colpito da violente piogge, che hanno provocato l'esondazione del torrente Nure, che ha comportato gravi disagi ed ingenti danni.*

Molte case, strade, ponti, negozi ed aziende, sono stati devastati dall'ondata d'acqua, che ha rotto gli argini, inghiottendo tutto ciò che trovava sul suo cammino, lasciando dietro di sé un'enorme quantità di detriti, che hanno ricoperto le strade, le case e le macchine.

L'acqua, la luce ed il gas sono saltati immediatamente interrotti, così come i collegamenti telefonici.

Per ore siamo rimasti sul ponte del paese, lontano dalla piena. Non sapevamo cosa stesse succedendo; ogni tanto arrivavano notizie di persone ancora chiuse in casa. Avevamo paura sia per quello che era successo sia per ciò che sarebbe ancora potuto accadere.

Quando ci hanno dato il permesso di poter tornare a casa, ho visto che il fango aveva distrutto tutto quello che avevo in cantina ed in garage. Ho provato un dolore profondo".

Con queste parole, si è aperta una delle narrazioni più commuoventi, durante la desensibilizzazione di un target con una delle vittime dell'alluvione del Torrente Nure che ha colpito, tra l'altro, la frazione di Roncaglia (Pc).

Alle parole delle vittime, fanno eco quelle delle terapeute, le nostre emozioni, i pensieri, esemplificate dall'esperienza di una giovane collega, neofita della psicologia dell'emergenza: *"Si avvicina verso il nostro gruppo la signora Stella (nome di fantasia), le vado incontro e mi dice di non avere bisogno, perché sta bene, ma intanto noto che, appena mi avvicino con la mano, lei me la prende con forza; ho come la sensazione che si sia appoggiata a me. La invito, comunque, a sedersi e a parlarmi di ciò che ha vissuto. Ci conosciamo brevemente e cerco di installare il Posto al Sicuro, che risulta difficile, visto lo stato di iperarousal della signora.*

Le chiedo come sta ora e di raccontarmi cosa le è successo: mi riporta immagini disconnesse e confuse di ciò che ha vissuto, senza riuscire a collocarle né in ordine cronologico né tantomeno logico. Mi parla di persone che non nomina, mi racconta ciò che vede come se stesse succedendo in quel momento ed io lo vivo insieme a lei.

Il suo racconto di terrore ed impotenza prende vita dai suoi occhi ed anch'io sono nel passato insieme a lei. Sento la sua ansia, sento che sta dilagando anche in me (lei non sta bene come mi ha fatto credere all'inizio). Sono spaesata e confusa, anch'io come lei; è chiaro che in quel momento stiamo condividendo le stesse emozioni e sensazioni fisiche.

Faccio fatica a seguirla, però mi ripeto che sono e siamo nel presente, che queste terribili immagini sono già passate e che ora lei è al sicuro, e una volta che mi sono autoregolata e rassicurata provo a fare il tapping. Lentamente il suo racconto diventa più fluido, gli eventi riprendono un nesso cronologico, e ancora di più sento che sta un po' meglio e che il terrore iniziale sta diminuendo. Ad un tratto, dal racconto riaffiorano immagini di lei che aiuta la vicina bisognosa di cure, consapevole di aver giocato un ruolo cruciale e positivo. Il racconto di quel giorno si amplia ed emergono la solidarietà, la generosità e il coraggio di ripulire, che la sua gente ha manifestato. Alla fine del nostro primo incontro, lei è più tranquilla ed io con lei".

Ogni volta che ci si trova a lavorare in emergenza, ci si stupisce di quanto i racconti delle persone colpite si somiglino, di quanti particolari siano comuni, di come i target oggetto di lavoro siano l'uno lo specchio

dell'altro, all'Aquila come in Emilia, a Senigallia come a Roncaglia e quanto, negli occhi di ogni vittima, il trauma subito si dispieghi in storie, che si riflettono negli occhi di chi è di fronte al terapeuta.

Chi pratica EMDR è abituato a quanto questa metodologia sia utile nel superamento dei sintomi post traumatici, si assiste a quello che, molte volte, i pazienti definiscono una "specie di miracolo". Ciò che accade nello studio del terapeuta è riscontrabile anche in un setting tutt'altro che strutturato, sia esso un angolino di un bar, una panchina o due sedie in un alloggio di fortuna; dimostra, ogni volta, quanto l'EMDR sia uno strumento che permette al paziente di riattivare le intrinseche capacità di guarigione del cervello.

I racconti emersi durante i colloqui svolti nell'arco di circa due mesi di intervento a Roncaglia, hanno commosso tutte le colleghe che hanno partecipato; l'alleanza terapeutica, che normalmente in studio si costruisce nel tempo, si è creata velocemente. All'inizio, quando passavamo per le strade, la gente si girava per capire chi fossimo e cosa volessimo; molti ci hanno chiesto se il nostro obiettivo fosse quantificare i danni, così da richiedere risarcimenti e sussidi. Quando spiegavamo che non stavamo ispezionando il paese per avviare le pratiche del caso, ma che eravamo psicologhe dell'emergenza, volontarie, e che eravamo lì per offrire sostegno psicologico, su qualche viso è calato un velo di tristezza misto a rabbia, accompagnato da commenti sulla necessità di soldi e non di chiacchiere.

Conquistare la fiducia degli abitanti di quel piccolo paese nel pieno della Bassa piacentina non è stato facile, perché l'alluvione oltre ad aver spezzato il senso di sicurezza, ha violato la fiducia della gente rispetto alla giustizia della vita.

Conoscendo le possibili resistenze che le vittime di un trauma possono mettere in atto, ci siamo avvicinate con delicatezza, rispetto e garbo, raggiungendo chi aveva bisogno anche grazie all'intervento di un cittadino molto attivo, Ulisse (nome di fantasia).

Egli ha presentato personalmente al nostro gruppo di lavoro tutti quelli ai quali, a suo parere, avrebbe giovato il nostro intervento; Ulisse ci ha aiutato ad aprire un varco nella diffidenza della gente.

Più i nostri visi diventavano familiari, meno le persone ci tenevano a distanza.

Abbiamo svolto colloqui davanti alle case, seduti nella cucina di un'abitazione privata, nel retro di un bar, mentre venivano spostati mobili infangati nella scuola del paese; su una panchina di legno, scaldati dal primo sole dell'autunno, in pieno stile emergenziale.

Dopo un'iniziale contatto con l'Assessore di riferimento, volto a pianificare l'intervento, è stato offerto alla popolazione della frazione di Roncaglia un incontro pubblico di sensibilizzazione e psicoeducazione (CISO), al quale sono state presenti tutte le psicologhe che formavano la squadra: in questo frangente è stato spiegato cosa sia il trauma psicologico, quali siano i sintomi del PTSD e quali siano le più comuni reazioni ad esperienze potenzialmente traumatiche, quali le catastrofi naturali.

Questo primo contatto è stato un biglietto da visita per creare un ponte con la popolazione; in un momento così devastante, abbiamo cercato di gettare le basi per creare la giusta distanza.

Successivamente è stata pianificata una serie di colloqui, in cui è stato utilizzato il Protocollo per gli Eventi Recenti (R-Tep) del dott. A. Shapiro.

I colloqui sono diventati progressivamente più fluidi ed i target maggiormente emersi hanno riguardato il momento in cui le persone si sono rese conto dell'arrivo della piena, della pericolosità dell'essere in casa quando tutto è stato sommerso da acqua e fango; vedere i propri ricordi, gli averi e la casa sommersi dall'acqua putrida è stato un target comune a tutte le persone che hanno usufruito del nostro intervento. Chi, per sua fortuna, abitava almeno al I piano e non è stato direttamente colpito, si è messo a disposizione dei vicini, in una gara di solidarietà, per ridurre i danni e le sofferenze dei meno fortunati.

La popolazione ha reagito, alla sofferenza di aver perso parte del proprio mondo, ripulendo tutto, spalando il fango e salvando il salvabile. Ha cercato di riappropriarsi della propria vita, allontanando il timore di potersi ritrovare di fronte ad una nuova emergenza nell'autunno imminente.

Questi aspetti sono emersi durante i colloqui come aspetti di sviluppo post-traumatico; abbiamo lavorato rinforzando questi elementi, che sono stati un importante contributo alla ripresa della quotidianità.

Prima di chiudere l'intervento a Roncaglia, sono stati predisposti alcuni invii alle Strutture Territoriali, dove sono presenti alcuni colleghi che utilizzano nel loro lavoro la metodologia EMDR, presso l'Ospedale di Piacenza, e che si sono resi disponibili.

L'obiettivo del nostro intervento è stato quello di trasformare il dramma dell'emergenza in una risorsa, utile a ritrovare la bussola interna per ri-costruire la mappa della propria vita.

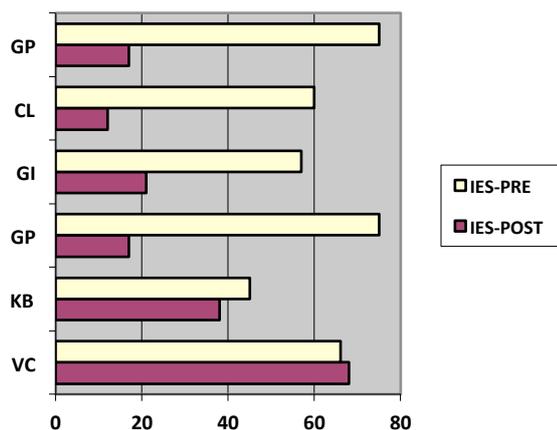
Gli occhi delle persone hanno trasmesso a noi terapeuti elementi preziosi, per entrare nel loro dolore e ricevere, da questa esperienza, emozioni ricche di contenuti e desiderio di ricominciare a vivere.

E' nata una reciprocità che ha trasmesso a noi operatori tanta gratitudine, depositando nel nostro cervello/mente un bagaglio ricco di vita.

L'analisi statistica dei dati, conferma quanto finora descritto: all'interno dei colloqui è stata somministrata, prima di iniziare ed a conclusione degli interventi, la IES (Scala di Impatto dell'Evento), che ha dato la misura di quanto fosse profondo l'impatto emotivo provocato dall'evento emergenziale.

E' stato somministrato il test a 5 persone, di cui 3 femmine e 2 maschi, di età compresa tra i 40 ed i 65 anni; è stata inoltre fatta psicoeducazione ad una ventina di persone.

Dai test somministrati emerge che le persone con le quali si è lavorato hanno evidenziato un abbassamento nei punteggi nella scala IES in tutti gli item presentati; dai colloqui si evidenzia infatti una situazione di generale equilibrio ritrovato. Tre delle persone trattate sono state successivamente inviate alle Strutture del Territorio per una presa in carico stabile e continua, considerata la storia caratterizzata da diversi traumi pregressi.



Rappresentazione grafica dei valori ottenuti dalla somministrazione della IES prima e dopo il trattamento E.M.D.R.

Dalla lettura della tavola sui limiti di significatività della distribuzione della "t" di Student, sapendo che i gdl (gradi di libertà) in questo sistema sono uguali al "numero delle coppie -1" quindi nel nostro caso 4 (5-1), si osserva che il valore ottenuto della p (probabilità di errore) è compreso tra 0,10 e 0,05 cioè tra il 10% ed il 5%.

Si può pertanto concludere, respingendo l'ipotesi zero, che tra i due campioni esista una differenza statistica significativa ($0,10 > p > 0,05$) e che verosimilmente il cambiamento evidenziato dall'analisi dei test pre e post, sia dovuto all'intervento effettuato sui pazienti con l'utilizzo dell'EMDR.

BIBLIOGRAFIA

Bion W. (1961), Experiences in groups, London Tavistock

Nijenhuis E., van der Hart O., Steele K. (2004), Fantismi nel sé, Ed. Raffaello Cortina

Ogden P., Minton K., Pain C. (2006), Il Trauma e il Corpo, Ed. ISC

Panksepp J. (1998), *Affective Neuroscience: The Foundations of Human and Animal Emotions*, New York: Oxford University Press