

# **Gestione dell' intervento in situazioni traumatogene**

**Le basi per un intervento in sede a seguito di un evento traumatico**

**Sintesi degli interventi di E. Dozio, R. Sandrinelli, F. Lazzarotto, L. Genoni e  
G. Perren raccolti in occasione dei seminari del 25.02.2003 e del 21-22.02.2005**

**Luciano Zappa**  
*DSP SM Ambri*

**APRILE 2005**

# Sommario

<b>Introduzione</b>	<b>1</b>
<b>1. Definizione di evento traumatico</b>	<b>1</b>
<b>2. Le reazioni all'evento traumatico</b>	<b>1</b>
2.1 Reazioni immediate (subito dopo l'evento)	1
2.2 Reazioni specifiche a seguito di un trauma	2
2.3 Reazioni non specifiche	2
2.4 Sindrome post-traumatica cronica	2
<b>3. Scopo dell'intervento nella sede</b>	<b>3</b>
<b>4. L'intervento</b>	<b>3</b>
4.1 Ripristinare il ritmo del gruppo: la gestione del tempo	3
4.2 Ritrovare un equilibrio fra razionalità ed emotività: la gestione dell'informazione	3
4.2.1 <i>Il ruolo della parola e la tecnica dei due pilastri: l'incontro con gli allievi</i>	4
4.2.2 <i>L'informazione ai media</i>	4
4.2.3 <i>L'informazione alle famiglie, ai docenti</i>	4
4.3 Favorire la salute relazionale: dare un senso attraverso il gruppo	4
4.4 Ritrovare un senso nel rapporto fra passato-presente-futuro	5
4.4.1 <i>Il lutto</i>	5
4.4.2 <i>Il rito</i>	5
<b>5. Le persone coinvolte nella gestione della sede</b>	<b>5</b>
5.1 La cellula di crisi	5
5.2 I docenti e gli altri collaboratori	6
5.3 La comunità	6
<b>6. Supporti esterni</b>	<b>6</b>
<b>APPENDICI</b>	
1. Il defusing	
2. Il debriefing professionale	
3. Frasarario salutogenico	
4. Linguaggio cognitivo	

# Gestione dell' intervento in situazioni traumatogene

## IL TRAUMA

*L'impossibile* che è diventato possibile.

Il *non prevedibile* che si è realizzato.

La *rottura* della continuità fra:  
passato, presente e futuro.

## Introduzione

L'intervento nella scuola a seguito di una situazione traumatogena non è un intervento di tipo terapeutico, visto che non siamo in presenza di patologie, ma piuttosto di reazioni "fisiologiche" normali di fronte ad un evento eccezionale.

Non si tratta neppure di una tecnica applicata ad un oggetto, ma piuttosto di un atto creativo basato sulla relazione fra i soggetti. La tecnica di intervento deve essere messa al servizio di una capacità e di una volontà di relazionare in modo innovativo e creativo. Nella gestione delle situazioni di stress psichico, la riuscita dipende per il 30% dalla tecnica utilizzata e per il 70% dalla qualità della relazione. L'intervento può essere preparato, anche se non può essere previsto. Preparare l'intervento in caso di evento traumatico significa innanzitutto sapere *cos'è un trauma*, quali sono le *reazioni normali / anormali* delle persone coinvolte, quale *scopo* vuole raggiungere una sede scolastica che decide di programmare un intervento, *come intervenire* e *cosa fare*, quali sono le *persone coinvolte* nella gestione della sede e a chi rivolgersi per un *supporto*.

## 1. Definizione di evento traumatico

Per sistema umano s'intende ogni gruppo umano dove c'è vita, cioè dove c'è equilibrio fra ordine/caos, legge/caso, costrizione/libertà, pura razionalità/spontaneità,... dove c'è cambiamento, evoluzione, crescita, dove ogni fine o morte è fonte di un nuovo inizio o rinascita. Ogni sistema umano ha il proprio ritmo, lento, di evoluzione e cambiamento.

La catastrofe, l'evento traumatico è una compressione di azioni nel tempo, un'accelerazione improvvisa e imprevedibile di un evento che rompe i ritmi naturali, rompe l'equilibrio fra ordine e caos, rompe il rapporto fra passato-presente-futuro, interferisce bruscamente nell'armonia di una persona o di un gruppo.

L'evento traumatico interrompe nel tempo la salute della persona, salute intesa come:

- la salute oggettiva, star bene (respiro, battito cardiaco,...)
- la salute soggettiva: sentirsi bene (come mi sento)
- la salute relazionale: far parte di... (come sto in mezzo agli altri)

## 2. Le reazioni all'evento traumatico

Le reazioni a seguito di un trauma e limitate alle prime 4-8 settimane dopo l'evento non sono patologiche, ma si tratta di reazioni fisiologiche normali.

### 2.1 Reazioni immediate (subito dopo l'evento)

Sono principalmente quelle che vanno a toccare i parametri di "salute oggettiva" quali: aumento della forza muscolare, rischio di iperventilazione, diminuzione della sensibilità al dolore, alla stanchezza,

alla fame e alla sete. Dal punto di vista psicologico, aumento della percezione e dell'attenzione da una parte, e diminuzione dei sentimenti e delle emozioni dall'altra. Questo fenomeno di "dissociazione" può essere pericoloso, a lungo termine, se non viene elaborato correttamente.

## **2.2 Reazioni specifiche a seguito di un trauma**

- Agitazione somatica: nervosismo, impazienza, mancanza di concentrazione, disturbi del sonno
- Ricordi ricorrenti intrusivi: flash-backs, incubi, gioco, acting-out (messa in scena del trauma attraverso il gioco, come vittima o come autore, comportamenti autolesionistici, aumento della violenza)
- Evitamento verso l'esterno: luoghi, situazioni, persone
- Evitamento verso l'interno: emozioni bloccate, "freddezza" dei sentimenti.

L'evitamento deve essere combattuto, perché se non viene scoperto diventa patologico e non viene più superato.

## **2.3 Reazioni non specifiche**

- Impotenza: sentimenti di vergogna, rabbia, paura, orrore, colpevolezza, disgusto, paralisi
- Perdita: credi in rapporto alla propria vita e sicurezza, valori, fiducia di base
- Confusione: luogo e tempi, credi, valori
- Sono reazioni più legate all'interpretazione dell'evento, alla soggettività, all'età e al gruppo di appartenenza.

## **2.4 Sindrome post-traumatica cronica**

A partire dalle 8 settimane dopo l'evento, alcune reazioni post-traumatiche sono da considerare patologiche e necessitano di un intervento specialistico.

- Prima infanzia: atteggiamenti regressivi, ansie, paure di andare a letto, del buio, necessità di vicinanza dell'adulto, disturbi alimentari, esplosioni di collera, acting-out
- Bambini 6-11 anni: atteggiamenti regressivi, incubi, disturbi alimentari, acting-out, tristezza e pianto, sensi di colpa, calo scolastico, aggressività, disturbi psico-somatici, intrusione di ricordi traumatici.
- Ragazzi 11-14 anni: ansia generalizzata, disturbi alimentari, disturbi depressivi, calo di concentrazione, aggressività, ribellione, ritiro sociale, disturbi psicosomatici.
- Giovani 14-18 anni: ansia, disturbi alimentari, depressione, aggressività, ribellione, ritiro sociale, scelte rischiose (piccola criminalità, sostanze psicoattive), disturbi psicosomatici.

In alcuni casi isolati, possono insorgere anche pensieri suicidari. In questo ambito, il ragazzo a rischio elevato si "riconosce" dalla presenza di alcuni segnali:

- pensieri allarmanti: idee in merito alla morte manifestate verbalmente, in componimenti o in disegni
- gesti allarmanti: il regalare oggetti personali
- disturbi: del sonno e dell'alimentazione

- aspetto: poco curato e trasandato
- rifiuto: della scuola o rapido calo scolastico
- ritiro sociale: a scuola e dalle amicizie

### 3. Scopo dell'intervento nella sede

L'80% delle persone riesce a superare da solo un evento traumatico, il 10-15% può presentare una sindrome post-traumatica, il 5% può sviluppare altri tipi di disturbo. L'intervento in una sede scolastica a seguito di un evento traumatico ha lo scopo di favorire l'auto-coping, cioè la capacità intrinseca di ogni persona di affrontare e superare il trauma.

L'intervento vero e proprio sarà diversificato a dipendenza di una quantità di fattori imponderabili (la parte non prevedibile dell'evento traumatico), ma dovrà tendere al raggiungimento di questo unico scopo. Favorire l'auto-coping significa permettere alla persona di ritrovare (o ricreare) una nuova armonia fra la salute soggettiva, oggettiva e relazionale, permettendogli di scaricare parte della propria sofferenza e riuscire così a superare l'evento. In questo modo si limita al massimo il rischio che si sviluppino reazioni patologiche, per le quali si renderebbe poi necessario un intervento specialistico.

L'intervento sarà basato sui seguenti quattro principi:

- |  |   |  |
|--|---|--|
| 1. ripristinare il ritmo del gruppo                            | ➔ | (gestione del tempo)                           |
| 2. ritrovare un equilibrio fra razionalità ed emotività        | ➔ | (gestione dell'informazione)                   |
| 3. favorire la "salute relazionale"                            | ➔ | (sentirsi parte di..., dare un senso, il rito) |
| 4. ritrovare un senso nel rapporto fra passato-presente-futuro | ➔ | (l'elaborazione del lutto)                     |

### 4. L'intervento

L'intervento in sede non può essere unico e standardizzato: esso deve tener conto del grado di coinvolgimento diverso degli allievi all'evento (vittime primarie / secondarie), e del fatto che le reazioni all'evento sono diverse, inaspettate e spesso imprevedibili.

Un'attenzione particolare deve essere prestata (1) alla struttura di coordinamento, (2) al senso dell'attività svolta, (3) al flusso d'informazione e (4) alla coesione del gruppo, in quanto si tratta di quattro "fattori protettivi", quelli cioè che facilitano il superamento dell'evento.

#### 4.1 Ripristinare il ritmo del gruppo: la gestione del tempo

L'evento traumatico è definito come "un'accelerazione improvvisa e imprevedibile di un evento che rompe i ritmi naturali": il primo compito della Scuola è quindi quello di ripristinare al più presto il ritmo giornaliero normale in modo che gli allievi possano ritornare immediatamente ad una situazione di normalità. In questo senso, la Scuola aiuta a far ripartire, a reintegrare e a ridare ritmo all'allievo. E' quindi importante un ambiente altamente strutturato: i ritmi vengono mantenuti, mentre i contenuti vengono adeguati.

#### 4.2 Ritrovare un equilibrio fra razionalità ed emotività: la gestione dell'informazione

Si tratta probabilmente dell'aspetto più delicato, ma anche quello fondamentale per l'esito dell'intero intervento. La richiesta d'informazione a seguito di un evento traumatico scatta immediatamente e da più parti: persone direttamente coinvolte, docenti, famiglie e... media (giornalisti, televisione). Nessuna di queste richieste deve essere sottovalutata, perché ognuna di esse risponde ad un bisogno e deve essere soddisfatta.

#### ***4.2.1 Il ruolo della parola e la tecnica dei due pilastri: l'incontro con gli allievi***

Il primo passo da compiere è la ricostruzione temporale pura e semplice dei fatti, evitando di entrare nel vissuto emotivo. Per questo si userà un linguaggio di tipo “cognitivo”, evitando così a chi racconta di perdersi nell'emozione.

La narrazione dei fatti non deve iniziare dall'evento traumatico, ma in un momento precedente di tranquillità, sicurezza e normalità. Si continua poi la ricostruzione “saltando” al momento susseguente l'evento, quando le persone coinvolte hanno avuto la consapevolezza che tutto era terminato. Questa tecnica permette di costruire due pilastri di sicurezza prima e dopo l'evento traumatico, per marcarne i limiti e stabilirne la durata (generalmente molto breve).

La ricostruzione si fa interrogando gli allievi su cosa hanno visto, sentito, toccato, fatto (ev. odorato): al termine deve uscire una versione unica e coerente dell'accaduto. Un adulto presente durante l'evento non può guidarne la ricostruzione perché il suo vissuto è simile a quello delle altre persone coinvolte.

Per terminare, chi ascolta ripete nel modo più dettagliato possibile e ordinato la ricostruzione degli eventi esattamente nel modo in cui si è iniziato (prima, dopo, l'evento), chiedendo di essere corretto in caso di errore. Durante la ricostruzione, non si prendono appunti. Solo una storia chiara può essere “accettata” e accantonata.

Gli allievi devono pure venir informati sulle reazioni possibili, sul fatto che esse sono assolutamente normali, e su come prevenirle o superarle (esercizi di respirazione, alimentazione, sonno, sport, attività...)

#### ***4.2.2 L'informazione ai media***

I media devono essere considerati come degli alleati e non come avversari. Un'informazione corretta da parte dei media può contribuire all'esito dell'intero intervento, per questo motivo devono essere accolti e informati, tenendo presente i seguenti principi:

- i contatti con i media sono curati da una sola persona della sede
- si ricerca un contatto personale con il giornalista, ci si presenta e si chiede di presentarsi
- i media vengono incontrati, preferibilmente all'esterno della sede o in un momento in cui non sono presenti allievi e docenti
- ai media si può comunicare quali sono le informazioni date agli allievi riguardo all'evento, e non l'evento stesso (non raccontare cosa è successo, ma cosa noi abbiamo raccontato agli allievi riguardo all'evento) usando lo stesso linguaggio, e su quanto la sede intende intraprendere (apertura straordinaria, momenti d'incontro, partecipazione ai funerali,...)
- ai media viene proibito di entrare nella sede e di intervistare e/o filmare allievi e docenti.

In alcuni casi è ipotizzabile prendere contatto con i media anche tramite lettera o e-mail.

#### ***4.2.3 L'informazione alle famiglie, ai docenti***

Le famiglie vengono informate da una sola persona della sede, per lettera. Tramite gli allievi è possibile informare le famiglie su quanto la sede intende organizzare a seguito dell'evento traumatico (apertura straordinaria, momenti d'incontro, partecipazione ai funerali,...).

Allo stesso modo, i docenti vengono informati da una sola persona della sede, immediatamente dopo che la sede ha definito la gestione del tempo nella giornata susseguente l'evento.

### **4.3 Favorire la salute relazionale: dare un senso attraverso il gruppo**

Una volta gestita l'informazione, e in un secondo momento (ad esempio nel pomeriggio), é possibile prevedere dei momenti e degli spazi comunque strutturati dove il gruppo (o i gruppi) si ritrovano per

elaborare spontaneamente l'evento. In questo momento, soprattutto, la relazione fra il docente e l'allievo conta di più dell'attività. E' importante dedicare tempo per ascoltare le reazioni degli allievi: ignorare sarebbe la reazione più sbagliata di fronte ad un evento. Ascoltare le reazioni degli allievi significa dar loro spazio di esprimersi, attraverso il colloquio, la scrittura, il disegno,...

La necessità di aggregazione in questi casi è molto evidente: esprime il bisogno di condividere, di "sentirsi parte di...", e può trasformarsi in un momento di rinascita. Un evento traumatico non ha mai un significato intrinseco, questo significato può però essere costruito dal gruppo.

#### **4.4 Ritrovare un senso nel rapporto fra passato-presente-futuro**

L'evento traumatico rompe la continuità fra passato-presente-futuro, è un'accelerazione improvvisa del tempo. L'intervento in questo caso si prefigge di ripristinare questo rapporto e di far sì che l'evento venga definitivamente confinato nel passato e riposto fra i "ricordi non disturbanti".

##### **4.4.1 Il lutto**

Il lutto serve a marcare un termine al dramma e a confinarlo nel passato. Si può istituire solo e unicamente se la storia del dramma è conosciuta e chiara, e se l'elaborazione successiva (ricerca di significato) è stata effettuata. In questo senso, portare gli allievi ad un funerale ha senso solo se sono state intraprese le tappe precedenti dell'intervento.

##### **4.4.2 Il rito**

E' un'emanazione del gruppo che, dopo una corretta gestione dell'informazione e avendo la possibilità di ritrovarsi per elaborare l'evento, ha trovato un "proprio senso" ed è aperto ad una rinascita. Capita spesso che persone che vivono un'esperienza traumatica e la elaborano assieme, sviluppano in seguito atteggiamenti positivi di "crescita post-traumatica":

- "io" più vulnerabile ma con più fiducia in sé stesso
- maggior rapporti con gli altri, legami più intensi
- spiritualità e orientamento della propria vita, nuove priorità, gratitudine

Il rito non può essere imposto: esso ha senso solo se viene dal gruppo. Esso contribuisce a mettere ritmo e ordine, è una creazione di una collettività, è qualcosa di nuovo e un vettore verso il futuro. Per poter aprire una porta verso il futuro, il rito deve servire a chiudere con il passato e non ad esaltare il passato.

### **5. Le persone coinvolte nella gestione della sede**

#### **5.1 La cellula di crisi**

E' composta da 4-5 persone: il Direttore, il responsabile di sede in caso di evento traumatico, altre 2-3 persone scelte fra i collaboratori di Direzione e i docenti. Nella cellula di crisi può essere coinvolto anche un membro significativo della comunità, ad esempio il parroco, al quale possono venir assegnati compiti di intervento dentro o fuori la sede scolastica. Il compito della cellula di crisi è quello di ricevere le informazioni adeguate sul tema e di preparare un concetto di gestione a livello di sede. I suoi membri si suddividono i compiti, fra cui i principali sono:

- trasmettere sicurezza nei propri mezzi a chi dovrà "scendere in campo" e lavorare con gli allievi
- curare i contatti con i media (1 persona)
- curare i contatti con le famiglie (1 persona)

- curare i contatti con i colleghi e gli altri collaboratori (1 persona)
- gestire l'informazione con gli allievi (o delegare ai docenti)
- programmare la gestione del tempo e degli spazi
- eventualmente, prendere contatto con consulenti esterni

## 5.2 I docenti e gli altri collaboratori

Un ruolo preponderante è legato al lavoro dei docenti. Il docente può e deve credere nei propri mezzi, ricordando che in questi casi ciò che più conta è la qualità della relazione. Il docente che deve lavorare con gli allievi a seguito di un evento traumatico (preferibilmente il docente di classe), deve assolutamente mantenere un ambiente altamente strutturato:

- preparare le lezioni particolarmente bene
- arrivare in classe prima degli allievi
- iniziare e terminare le lezioni in orario
- parlare in modo chiaro e ad alta voce
- mantenere il ritmo delle lezioni
- sottolineare i comportamenti positivi
- intervenire subito in caso di indisciplina / time-out
- sostenere le attività extra-scolastiche

Se tocca al docente il compito di ricostruzione dell'evento con la classe, o anche solo la trasmissione dell'informazione, egli dovrà utilizzare il linguaggio cognitivo, evitando qualsiasi interpretazione legata a ipotesi o situazioni precedenti.

Non bisogna dimenticare che attorno alla scuola ruotano altre figure che meritano di essere informate e, in alcuni casi, coinvolte: il medico scolastico, il custode, la segretaria, il bibliotecario, il responsabile della mensa, il personale ausiliario...

## 5.3 La comunità

Anch'essa è toccata dall'evento ed è quindi utile prestarle un'attenzione particolare, offrendole eventualmente dei momenti di incontro, anche al di fuori della sede scolastica.

## 6. Supporti esterni

L'intervento esterno può rivelarsi efficace, unicamente laddove un team interno all'Istituto ha già fatto le proprie riflessioni ed è disposto a "*scendere in campo*".

Soprattutto *all'inizio*, l'intervento della persona esterna può rivelarsi molto importante per dar sicurezza ai docenti e al Direttore, che spesso in queste situazioni si sente particolarmente solo. Esso può rivelarsi utile anche nei seguenti casi:

- reazioni eccessivamente intense o prolungate senza tendenza alla diminuzione
- reazione diversa da parte del mondo esterno (famiglia, docenti, compagni) nei confronti dell'allievo
- presenza di depressione, iperattività, consumo di sostanze psicoattive o sviluppo di PTSD

L'intervento di un consulente esterno può essere chiesto attraverso:

- le vie di servizio
- il delegato aiuto alle vittime (Sandrinelli)
- l'Associazione Debriefers della Svizzera italiana (DEBRISI)



Indirizzi utili:

Iptsperren@rhone.ch

www.institut-psychotrauma.ch

luca@genoni.net

fabio.nemiccola@ti.ch

associazione DEBRISI: responsabile dott.ssa

Cornelia Klauser (091.605.37.65)

cornelia.klauser@hin.ch

Un utile strumento di guida all'intervento è rappresentato da:

*Situazioni critiche: una guida per le scuole. CDPE, Berna 2005*

## **Appendice 1: il “defusing”**

## **Il defusing**

E' l'intervento *immediatamente* dopo l'evento. Esso deve essere fatto sul posto (ma al sicuro) o in un posto abituale, al rientro o subito dopo l'evento. Si tratta di ascoltare o far raccontare con empatia a ruota libera quel che è successo, è stato vissuto, di far esprimere le emozioni e *dare un nome* alle emozioni, permettendo così di riconoscerle e di elaborarle poi anche a livello razionale.

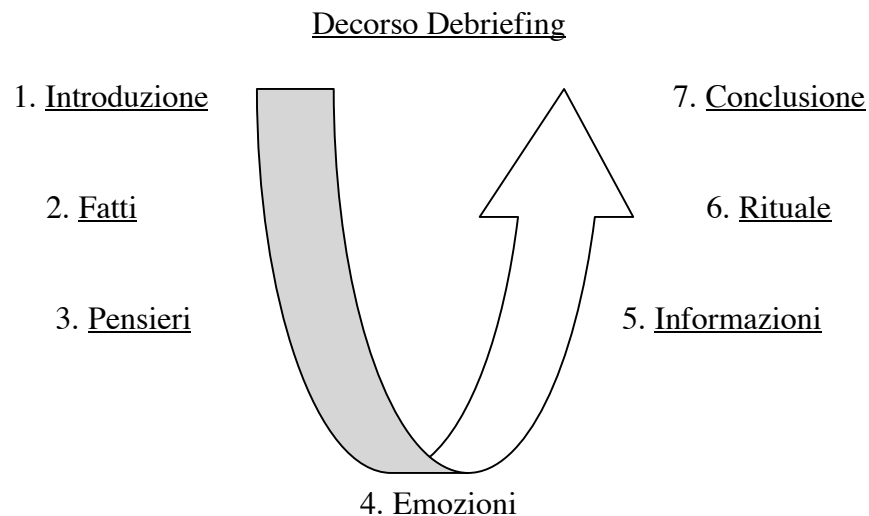
## **Appendice 2: il “debriefing” professionale**

## Il debriefing professionale

Si tratta di un colloquio strutturato, unico, strutturato in 7 passi, individuale o di gruppo, applicabile a partire da un minimo di 72 ore dall'evento, e che ha come scopo:

- di creare un ordine del caos traumatico
- preventivo e di triage atto a ridurre le sindromi post-traumatiche (PTSD)

Con questa tecnica si elabora l'evento traumatico partendo dal cognitivo, passando attraverso l'emozionale e tornando al cognitivo.



1. L'operatore spiega cos'è il debriefing e come viene effettuato. Il suo scopo è quello di "aiuto all'anima lesa", di prevenire la PTSD e di favorire un'elaborazione più rapida dell'accaduto (fare ordine nelle idee, nel vissuto). Se il debriefing è di gruppo, valgono le regole del diritto e dovere ad esprimersi, la confidenzialità e l'assenza di valutazione. L'operatore deve pure cercare il consenso delle persone coinvolte.
2. Fase cognitiva di ricostruzione dell'evento così come descritta in precedenza, con la costruzione dei due pilastri. La storia deve essere il più completa possibile e comune al gruppo. Nel caso di debriefing con persone non coinvolte direttamente, il primo passo della condivisione è rappresentato dalla *ricostruzione* della storia, senza cercare il racconto dettagliato ma cercando di *dare un significato*. (passato).
3. Fase di transizione: interpretazione dell'evento, cosa la persona ha pensato durante l'evento. Si chiede al gruppo di esprimere qual è stato il primo pensiero affiorato, allo scopo di far riaffiorare i momenti traumatici vissuti in precedenza. Ogni vissuto è diverso in quanto può richiamare altre esperienze precedentemente vissute o un legame particolare con l'evento. (passato).
4. Fase dell'emozione: quale emozione suscita oggi questo evento, diamo un nome all'emozione. Normalizzazione: "quello che senti è normale". E' la fase più critica, dare un nome all'emozione e situarla all'interno di una norma è il primo passo per uscire dall'emozione e tornare al cognitivo.
5. Fase dell'informazione sulle reazioni specifiche (normali). Spiegare alle persone coinvolte che reazioni quali iperagitazione, ricordi inclusivi e evitamento interno/esterno sono normali, in quanto legate unicamente al trauma e destinate quindi a scomparire (rassicurare). Si danno pure informazioni su come maneggiare lo stress post-traumatico: esercizi di respirazione della durata di

10 min due volte al giorno, attività sportiva di 30 min tre volte alla settimana, ...). E' importante cercare di dare un senso a tutto questo.

6. Il rito: è un evento unico il cui significato è di confinare l'evento nel passato, fra "i ricordi non disturbanti". Il rito deve scaturire dal gruppo (o dal singolo), senza la presenza del debriefer.
7. Ritorno alla vita: il debriefer lascia il suo recapito alle persone coinvolte, che possono contattarlo nel corso delle susseguenti 8 settimane.

Trascorse le 8 settimane è prevista una seconda sessione di debriefing, più corta, per assicurarsi che l'evento traumatogeno sia stato gestito in maniera favorevole. Questo momento è molto importante perché permette di fare un "triage", di identificare cioè quelle persone che rischiano di sviluppare delle patologie (sindrome post-traumatica) e che necessiteranno in seguito di un intervento specialistico.

## **Appendice 3: frasario salutogenico**

**La gestione dello stress in eventi traumatogeni**  
Corso tenuto dalla Dott.ssa G. Perren e dal Or. L. Genoni  
Caserma Pompieri Bellinzona  
21-22 febbraio 2005  
**Frasario salutogenetico**

**Compito / consegna: inventare una o più frasi saluto-geniche a commento di un evento traumatogeno.**

**Evento 1:** incidente stradale di un allievo con lo scooter. L'allievo muore. Il conduttore è in classe il giorno successivo e vorrebbe proseguire la lezione.

*“Vedo che non siamo in grado di continuare la lezione, e vedo anche che state dimostrando una profonda sensibilità nei confronti della situazione che stiamo vivendo.”*

**Evento 2:** morte a causa di un infarto del docente di italiano.

*“E' vero che siete sconvolti per./a morte del vostro compagno e anch'io lo sono. Vero anche che vistate impegnando in classe e che mi aiutate. Sono molto fiera di voi e ammiro il vostro coraggio.”*

*“E' vero che manca molto a tutti il nostro insegnante di italiano. E' altrettanto vero che abbiamo ancora la vicinanza e l'affetto di tutti gli altri maestri.”*

**Evento 3:** allievo tetraplegico a seguito di un incidente. Si prepara con la classe il suo rientro.

*“E' vero, non possiamo ridargli la capacità di utilizzare le gambe. E' altrettanto vero che possiamo continuare a percorrere altre strade con lui.”*

**Evento 4:** allievi aggressivi che sono da richiamare.

*“Ti vediamo diverso dal solito (inquieto), apprezziamo il tuo sforzo di trascorrere la giornata con noi.”*

*“Vediamo che fai fatica ad esprimerti con tranquillità, e apprezziamo il tuo sforzo di trascorrere la giornata con noi.”*

**Evento 5:** scuola elementare, la maestra parla alla classe che ha perso un compagno per grave malattia:

*“E' vero che il vostro compagno è morto e non potrà più essere in classe con noi, è altrettanto vero che potrete ricordarlo e parlare di lui ogni qualvolta lo vorrete.”*



## **Appendice 4: linguaggio cognitivo**

**La gestione dello stress in eventi traumatogeni**  
Corso tenuto dalla Dott.ssa G. Perren e dal Dr. L. Genoni  
Caserma Pompieri Bellinzona, 21-22 febbraio 2005  
**Linguaggio cognitivo**

**Evento 1.**

Un genitore ha ucciso sua moglie e i suoi due figli, allievi della scuola, con un'arma da fuoco e in seguito si è suicidato.

**Consegna:**

Dovete stilare uno scritto destinato ai media per spiegare loro come possono favorire il superamento di questo evento traumatico da parte degli allievi, dei docenti e dei familiari. **Utilizzare il linguaggio cognitivo.**

*Gentili Signore, Egregi Signori,*

*vista la complessità degli eventi accaduti e le ripercussioni che questi eventi hanno sui ragazzi, sui docenti e sulle famiglie della nostra scuola, vi invitiamo ad attenervi alle seguenti indicazioni:*

- 1. Non prendere contatto direttamente, attraverso interviste o filmati, con allievi, docenti e familiari.*
- 2. Rimanere all'esterno della sede scolastica.*
- 3. Oggi pomeriggio alle 15.00, nell'aula magna della scuola, il portavoce della nostra sede vi darà delle informazioni dettagliate sulle procedure adottate sino ad ora dalla scuola e quelle che intende seguire. L'incontro del pomeriggio sarà organizzato anche per rispondere alle vostre domande.*
- 4. Vi invitiamo inoltre ad esporre unicamente i fatti appurati così come trasmessi da fonte ufficiale, evitando quegli elementi che possono creare confusione e caos.*

*Siamo disponibili a collaborare nei limiti delle nostre rispettive competenze.*

*Distinti saluti.*

*Per la sede di .... il Direttore*

**La gestione dello stress in eventi traumatogeni**  
Corso tenuto dalla Dott.ssa G. Perren e dal Or. L. Genoni  
Caserma Pompieri Bellinzona, 21-22 febbraio 2005  
**Linguaggio cognitivo**

**Evento 1.**

Un genitore ha ucciso sua moglie i suoi due figli, allievi della scuola, con un'arma da fuoco e in seguito si è suicidato.

**Compito:** stilare uno scritto da consegnare ai docenti quale guida, che permetta loro di dare le informazioni utili agli allievi, onde evitare disinformazione e/o voci. **Utilizzare il linguaggio cognitivo.**

*22 febbraio 2005, ore 7.00*

*Egredi Colleghi, qui di seguito trovate le informazioni, ottenute tramite le autorità inquirenti, che sono sin qui in possesso del Consiglio di Direzione, circa i fatti avvenuti ieri sera, sulla base delle quali informare i vostri allievi.*

*Alle ore 22.00 di ieri 21 febbraio, il signor Nome Cognome, ha ucciso con dei colpi di pistola esplosi nella propria abitazione di Melano, dapprima sua moglie Nome, poi il figlio maggiore Nome, nostro allievo di 4 B, poi il fratellino Nome, nostro allievo di 1 C. Successivamente si è suicidato con la stessa arma. Il tutto è avvenuto all'interno dell'abitazione.*

*Le salme si trovano al centro Patologico di Locarno, dove saranno sottoposte ad autopsia. Non è stata ancora fissata la data dei funerali. In collaborazione con i docenti di classe, vedremo di organizzare nelle prossime ore sia la partecipazione alle esequie, sia eventuali altre attività particolari con le classi e gli allievi più colpiti.*

*Non siamo in possesso di ulteriori dettagli, per cui vi preghiamo di attenervi strettamente alle informazioni che precedono, senza ne confermare, ne smentire eventuali altre notizie già diffuse tramite la stampa o altri canali. Vi preghiamo altresì di non alimentare discussioni in classe circa le ragioni e/o i retroscena dei fatti.*

*Vi ricordiamo infine che il collega Nome Cognome, membro del Consiglio di Direzione, è stato incaricato di tenere i contatti con la stampa. Vi chiediamo di non rilasciare da parte vostra nessun tipo di commento o intervista; e di proteggere per quanto è nelle vostre possibilità gli allievi dalla curiosità dei mass-media.*

*Per il Consiglio di Direzione*

**La gestione dello stress in eventi traumatogeni**  
Corso tenuto dalla Dott.ssa G. Perren e dal Dr. L. Genoni  
Caserma Pompieri Bellinzona , 21-22 febbraio 2005  
**Linguaggio cognitivo**

**Evento 2.**

Un allievo è deceduto durante le vacanze di carnevale in seguito ad un incidente sciistico.

**Consegna:** dovete stilare uno scritto destinato ai genitori per informarli sull'accaduto e su quello che la scuola intende fare con gli allievi per affrontare la situazione. **Utilizzare il linguaggio cognitivo.**

*Ai genitori degli allievi di II C*

*Cari genitori,*

*vi comunichiamo che martedì 9 febbraio, in seguito ad un incidente sciistico sulle piste di Splügen, dove era in vacanza coi genitori, l'allievo Luigi Stoppa è deceduto durante il trasporto all'ospedale di Coira. A causa di una caduta è uscito di pista ed ha battuto violentemente la testa contro un pilone.*

*Venerdì 12 febbraio alle ore 15.00 si terranno i funerali di Luigi nella Chiesa di Gravesano. Alle ore 10.00 nella biblioteca della nostra sede, è previsto un momento di ritrovo a cui sono invitati i compagni di classe.*

*Al rientro dalle vacanze ci saranno dei momenti di incontro con gli allievi della sede. Il consiglio di direzione esprime la più viva solidarietà.*

*Per la Direzione*

**La gestione dello stress in eventi traumatogeni**  
Corso tenuto dalla Dott.ssa G. Perren e dal Or. L. Genoni  
Caserma Pompieri Bellinzona, 21-22 febbraio 2005  
**Linguaggio cognitivo**

**Evento 3.**

Un allievo dell'ultima classe ha ucciso con un'arma da fuoco due docenti e cinque allievi.

**Compito:** dovete stilare uno scritto destinato ai media per spiegare loro come possono favorire il superamento di questo evento traumatico da parte degli allievi, dei docenti e dei familiari. **Utilizzare il linguaggio cognitivo.**

COMUNICATO STAMPA

*Stamattina si è verificato un grave fatto nel nostro Istituto Scolastico. Erano circa le 9.55 quando un allievo di IV ha improvvisamente estratto dallo zaino un'arma da fuoco e ha sparato nel corridoio principale della scuola, in quel momento affollato di allievi e docenti perché era in corso la pausa-ricreazione. Tutti hanno cercato un riparo o tentato la fuga. Due docenti e cinque allievi che si trovavano vicino allo sparatore sono stati raggiunti da una raffica di pallottole: per loro non c'è purtroppo più stato nulla da fare.*

*Pur nella drammaticità della situazione, altri due docenti hanno avuto la freddezza necessaria per neutralizzare lo sparatore. Immediatamente, dieci minuti dopo la sparatoria - allarmate dalla Direzione - sono sopraggiunte ambulanze e pattuglie della polizia, che hanno prestato i primi soccorsi. Si è inoltre attivata la cellula di crisi composta da insegnanti della nostra scuola appositamente formati per fronteggiare situazioni traumatiche, i quali hanno operato all'interno della scuola e preso contatto con le famiglie delle vittime. Tra le misure intraprese: quella di proteggere gli allievi dall'assalto dei mass media, delegando nel contempo un responsabile (il vicedirettore prof. X.V., raggiungibile al no. tel. 079/.....) per quel che riguarda i contatti con i giornalisti. Mentre sarà ovviamente la polizia a chiarire l'esatta dinamica di quanto avvenuto, vi preghiamo di astenervi da ogni tentativo (a scuola come all'esterno di essa) di ottenere altre informazioni che non siano provenienti dal prof. X.V.*

*Tutto ciò non soltanto per proteggere allievi, insegnanti e tutti coloro coinvolti nell'episodio, ma anche per non ostacolare il lavoro intrapreso dagli esperti per cercare di ristabilire ordine e serenità all'interno di una comunità così duramente provata.*

*Direttore...*

*Vice-dir. prof. X.V.*

**La gestione dello stress in eventi traumatogeni**  
Corso tenuto dalla Dott.ssa G. Perren e dal Or. L. Genoni  
Caserma Pompieri Bellinzona  
21-22 febbraio 2005  
**Linguaggio cognitivo**

**Evento 4.**

Caso di morte improvvisa di un allievo.

**Consegna:** redigere una comunicazione scritta da consegnare ai docenti prima della ripresa delle lezioni, quale guida che permette loro di dare informazioni utili agli allievi, onde evitare disinformazione e/o voci.

*Ai docenti...*

*Dove/chi: Durante le vacanze della scorsa settimana A. B. della 1 C era in vacanza con i genitori e il fratello a Davos.*

*Situazione: Mercoledì 15.2.05, dopo la pausa del pranzo verso le 14.00, A. B. stava sciando con il papà sulla pista rossa, in quel momento poco frequentata.*

*Datai/ Con chi/ Improvvisamente uno sciatore, che ha perso il controllo, ha investito A. B.*

*Che cosa/*

*Come/ Colpito alla testa, A. B. ha perso i sensi. Il papà ha subito chiamato i soccorsi ed è intervenuto nel giro di poco tempo un elicottero della REGA, che l'ha trasportato insieme al papà all'ospedale di Coira. Alfonso è deceduto senza aver più ripreso conoscenza.*

*Alcuni dettagli sull'evento*

*Sabato sono avvenuti i funerali nel Comune di ..... ed è stato sepolto nel cimitero del comune, alla presenza di docenti e compagni che sono venuti a conoscenza dell'evento.*

*La Direzione*

*(Nel pomeriggio, dopo le 15.00, la classe di A. B. avrà un incontro con uno specialista, il signor X. Y., per elaborare l'evento con i suoi compagni).*