

“**CI
VORREBBE
TANTA
COLLA**”

Il terremoto nelle Marche raccontato dai bambini



Pubblica Assistenza APE ODV - Ancona

(Associazione di Psicologia dell'Emergenza - Organizzazione di Volontariato)





QUADERNI DEL CONSIGLIO REGIONALE DELLE MARCHE

*Un progetto realizzato
dalla **Pubblica Assistenza APE ODV**
(Associazione Psicologia dell'Emergenza - Organizzazione di Volontariato)
di Ancona*

PREFAZIONE



Il pregio della pubblicazione che abbiamo accettato di buon grado di ospitare nella collana dei “Quaderni del Consiglio” è duplice: da un lato, ci fa conoscere la realtà e l'attività della psicologia dell'emergenza, una declinazione recente della disciplina psicologica, molto utile in contesti traumatici, portata avanti da una meritoria associazione di volontariato, l'APE ODV (Associazione Psicologia dell'Emergenza) di Ancona, che ha operato in situazioni difficili come quelle dei terremoti dell'Aquila e delle Marche.

Dall'altro, ci fa conoscere la reazione dei bambini della scuola di Pievetorina (MC), uno dei Comuni più colpiti dell'epicentro maceratese e marchigiano, dove i più piccoli attraverso il disegno e il racconto hanno provato a elaborare e metabolizzare il trauma vissuto con l'aiuto degli psicologi.

L'espressione che è anche il titolo di questa pubblicazione, “Ci vorrebbe tanta colla”, è un esempio efficacissimo di quella capacità tipica dei bambini di rendere le situazioni più complesse con la semplicità immaginifica e creativa che nasce dalle loro prime esperienze.

Il titolo ricorda quello di un altro fortunato libro, “Mi tremava anche il sogno”, questa volta opera dei bambini di Serravalle del Chienti (MC) che vissero il terremoto di Colfiorito del 1997 e insieme al loro maestro rielaborarono anche in quel caso il trauma vissuto con parole e immagini.

Il libro è in sostanza la testimonianza di quanto importante sia nelle circostanze emergenziali il ruolo di quanti si occupano dell'anima di chi ha la propria vita improvvisamente sconvolta. Spesso si pensa che in simili contesti servano soltanto i beni di prima necessità, quelli che riguardano la sopravvivenza fisica, mentre fondamentale è l'apporto e il sostegno che può venire da coloro che sanno ascoltare, che possono aiutare a rimettere ordine nella psiche di chi ha subito uno shock, e che - così facendo - pongono le prime basi della gigantesca opera di ricostruzione della comunità che ogni evento catastrofico si porta dietro.

La psicologia dell'emergenza è - dunque - un pezzo importante di una moderna visione della Protezione civile e nel caso delle Marche rappresenta un valore aggiunto del sistema di prevenzione, mitigazione e risposta ai grandi rischi

naturali. Ambito quest'ultimo quantomai ricco d'implicazioni e fortemente interdisciplinare. Per questo è di fondamentale importanza che l'esperienza di APE sia strettamente correlata con il sistema delle Pubbliche Assistenze (ANPAS) e con l'alta specializzazione medica garantita dall'Azienda Ospedaliero - Universitaria Ospedali Riuniti "Umberto I - G.M. Lancisi - G. Salesi".

Siamo di fronte a un caso d'impegno civico e professionale che è bene conoscere e un dovere supportare.



Antonio Mastrovincenzo

Presidente del Consiglio Regionale delle Marche

*con la collaborazione dei volontari PA APE ODV
interventuti durante il sisma 2016*

*Adinolfi Lara | Alessandrelli Maria Cristina | Baleani Serena | Berre' Veronica
Bianchin Matilde | Boni Stefano | Bruganelli Chiara | Caglio Beatrice
Camerlingo Carlo | Carestia Monica | Castelli Sandro | Collina Michela
Contin Sara Anastasia | Cucinella Laura Patrizia | Damiano Monica
De Rosa Alessandro | Del Sole Selenia | Fetti Roberta | Formica Alessia
Frontini Maurilio | Frontini Silvia | Giuliani Silvia | Lucchetti Agnese
Lucesoli Nicoletta | Magnini Daniela | Martelli Monica | Massacesi Chiara
Mazzieri Clara | Mazzoni Chiara | Megna Riccardo | Pierini Marta Valeria
Polisca Barbara | Quaranta Cristian | Quatrini Rosella | Ratti Nicolo'
Rubicondo Federica | Scataglini Elisa | Serenelli Marneo | Spalvieri Fernando
Telarucci Francesca | Tiberio Serena | Tombolini Stefano
Vecchiotti Francesca | Vitaloni Laura*

Disegno in copertina di:

Mirko (1^a classe scuola secondaria 1° grado a.s. 2016/2017)

Impaginazione e Grafica:

Sarah Buglioni

Illustrazioni aperture:

freepik.com

Stampa:

www.graficheripesi.it

Finito di stampare

nel mese di aprile 2018

Maria Cristina Alessandrelli | Federica Rubicondo | Maurilio Frontini

“**CI
VORREBBE
TANTA
COLLA**”

Il terremoto nelle Marche
raccontato dai bambini



INDICE

Introduzione	7
Prefazione	9
Come possiamo definire la Psicologia dell’Emergenza	11
Il lavoro della PA APE ODV: un ponte tra Ospedale e Territorio	16
Storia della PA APE ODV	23
Progetto 118 Bimbi Marche	25
Adesione ad ANPAS	27
Contributo della PA APE ODV nella formazione alle Pubbliche Assistenze	29
Le macro emergenze	31
Il rapporto con la Protezione Civile e le Istituzioni	33
Il supporto ai Soccorritori	35
Il presente e il futuro della PA APE ODV	37
La Convenzione con l’Azienda Ospedaliero – Universitaria Ospedali Riuniti “Umberto I – G.M. Lancisi – G. Salesi” di Ancona	38
L’intervento nella scuola di Pieve Torina	40
Paesi di Carta. Il terremoto visto dai bambini	45
Il gioco delle emozioni	47
In principio era un pomodoro	49
Gatti, armature e bacchette magiche	51
Davanti a Polifemo	53
1ª classe scuola primaria	55
Disegno dell’oggetto magico per superare la paura	59
2ª classe scuola primaria	63
Disegno dell’oggetto magico per superare la paura	68
3ª classe scuola primaria	71
Disegno dell’oggetto magico per superare la paura	76

4 ^a classe scuola primaria	79
Disegno dell'oggetto magico per superare la paura	85
5 ^a classe scuola primaria	91
Disegno dell'oggetto magico per superare la paura	99
Riflessioni conclusive	103
1 ^a classe scuola secondaria 1° grado	105
Disegno dell'oggetto magico per superare la paura	118
Riflessioni conclusive	124
2 ^a classe scuola secondaria di 1° grado	127
Riflessioni conclusive	133
3 ^a classe scuola secondaria di 1° grado	135
Riflessioni conclusive	140
Parlano i volontari	141
Paura? Certo, ma...	143
All'ascolto del detto e del non detto	145
Bambini: qualcosa di magico	147
Anziani: resilienti, sconsolati e orgogliosi	148
Anche i clown piangono?	150
Un paziente inanimato ma vivo: il territorio	151
Confrontarsi con l'Organizzazione	153
Psicologo coinvolto ma non travolto	155
La "rete" dei Volontari	157
E dopo? Dopo è diverso	158
La voce su Facebook di un'operatrice... terremotata	159
Ringraziamenti	162
Bibliografia	163

INTRODUZIONE



Il 6 aprile 2009, solo poche ore dopo la tremenda scossa, mi trovavo a L'Aquila per lavoro. La situazione era estremamente caotica ed i soccorsi stavano ancora raggiungendo la città. In mezzo a tale trambusto rimasi molto colpito dal vedere per le strade della città persone che vagavano con gli occhi sbarrati, camminando senza meta magari in pigiama e con in mano un sacchetto contenente le poche cose che erano riuscite a salvare. Si muovevano come automi. Cosa cercavano? Non un supporto medico non ancora un rifugio: cercavano qualcuno che li potesse ascoltare. Qualcuno capace di aiutarli a mettere ordine nella loro testa.

Quella sensazione di una silente, ripetuta richiesta di aiuto mi scosse profondamente e non potei fare a meno di chiamare Maurilio, vicepresidente dell'APE, per chiedergli di riflettere sulla possibilità di allertare con la stessa solerzia con cui si stavano mettendo in moto i soccorsi sanitari, gli psicologi della 'sua' Associazione. Per formazione sono un geologo, forse la professione più lontana dalle scienze della psiche, ma ebbi la netta sensazione che la presenza degli psicologi lì nei campi che già stavamo organizzando sarebbe stata altrettanto importante della cucina mobile attraverso la quale ANPAS Marche ha soddisfatto le necessità dell'ospedale di L'Aquila per tre mesi o delle nostre ambulanze che hanno gestito il 118 nell'area.

A otto anni di distanza ho la certezza che questa esperienza abbia impresso una ulteriore accelerazione alle attività della Associazione di Psicologia dell'Emergenza che pure collaborava con ANPAS già prima di questa dura prova. Ho percepito una evoluzione continua nella loro volontà e capacità di inserirsi nel mondo complesso delle Pubbliche Assistenze e nella 'macchina' della Protezione Civile: un esempio di volontariato entusiasta e al tempo stesso "professionale", in una coniugazione diversa rispetto a quella usualmente presente nelle nostre associazioni.

Ricordo che a L'Aquila inizialmente gli psicologi di APE operavano solo nel 'campo Rugby', una tendopoli che ospitava circa 700 persone. Ebbi l'occasione di sollecitarli a operare anche al di fuori dell'ambito strutturato del Campo per portare il loro supporto anche in città, anche nei paesi magari appena

raggiunti dalle squadre di soccorso dove forse sarebbe stato altrettanto o ancora più importante il loro aiuto.

In occasione dei terremoti che nel 2016 hanno colpito la nostra regione, ho potuto vedere che i ‘nostri’ psicologi hanno avuto lo spazio che loro spettava, i freni che forse l’organizzazione aveva inizialmente posto loro in modo formale o meno, sono venuti meno. In questa occasione anche le associazioni ANPAS, nel consueto spirito di collaborazione, hanno assegnato degli autisti e dei mezzi agli Psicologi volontari per consentire loro di muoversi e trattare con lo stesso numero di persone aree più vaste.

Anche le altre componenti di ANPAS e, credo, della Protezione Civile in genere hanno svolto un percorso. Inizialmente si guardava allo psicologo dell’emergenza come a una risorsa se non di secondo piano almeno da attivare in un secondo momento, dopo i primi interventi sanitari o di messa in sicurezza. Ora è opinione diffusa che il soccorso psicologico debba intervenire con la stessa immediatezza dei soccorsi medici o degli altri supporti tecnici. È infatti nelle ore immediatamente successive agli eventi che si manifesta più acuto il bisogno delle vittime e dei loro parenti.

Vedo passi avanti anche su un altro fronte: le esigenze di supporto dei soccorritori. Questo tema è ormai chiaro nel mondo ANPAS, se altrove esiste ancora qualche resistenza ritengo sia da attribuire alla maggiore inerzia delle strutture con cui ci rapportiamo, spesso maggiormente strutturate e meno “permeabili” come i Vigili del Fuoco o le Forze dell’Ordine.

Le Pubbliche Assistenze sono strutture leggere e flessibili: una volta percepito un bisogno e individuata la soluzione si adattano velocemente. Il percorso di formazione standard che abbiamo recentemente disegnato e che assegna un ruolo importante alla formazione psicologica dovrebbe rappresentare un ulteriore balzo in avanti, sia in termini di comprensione dell’importanza assoluta dell’aspetto psicologico sia in termini di disponibilità capillare di risorse formate, che possano essere attivate in modo tempestivo. Questo nella direzione di un rapporto ancora più strutturato e continuativo all’interno del mondo ANPAS.

Va sicuramente in questa direzione l’idea di dedicare un libro non solo alla descrizione puntuale di uno degli interventi effettuati dagli psicologi di APE e alla storia della Associazione ma più in generale alla Psicologia dell’Emergenza.

”

Massimo Mezzabotta
Presidente ANPAS Marche

PREFAZIONE

“

Quando guardo il disegno di un bambino provo sempre una grande emozione: ripenso ai miei disegni e come attraverso essi cercavo di esprimere il mio stato d'animo e condividerlo con il mondo. Spesso disegnavo la mia famiglia, la mia maestra, la campagna intorno a Camerino, i monumenti del nostro territorio, ma più di ogni altra cosa, disegnavo la mia casa, la mia cameretta, la cucina dove mangiavamo.

La casa: essa è sempre presente nei disegni dei bambini e non a caso a fianco alla casa ci sono alberi e persone. È ciò che ti dà sicurezza, dove cerchi riparo, dove cresci e condividi sentimenti, dove porti gli amici, dove ti ritiri a piangere quando qualcosa non va, dove festeggi i tuoi primi compleanni, punto di riferimento per i parenti che se ne sono andati, magari in cerca di lavoro. La casa è dove nascondi i tuoi segreti, dove progetti il tuo futuro, dove conservi i ricordi materiali e immateriali.

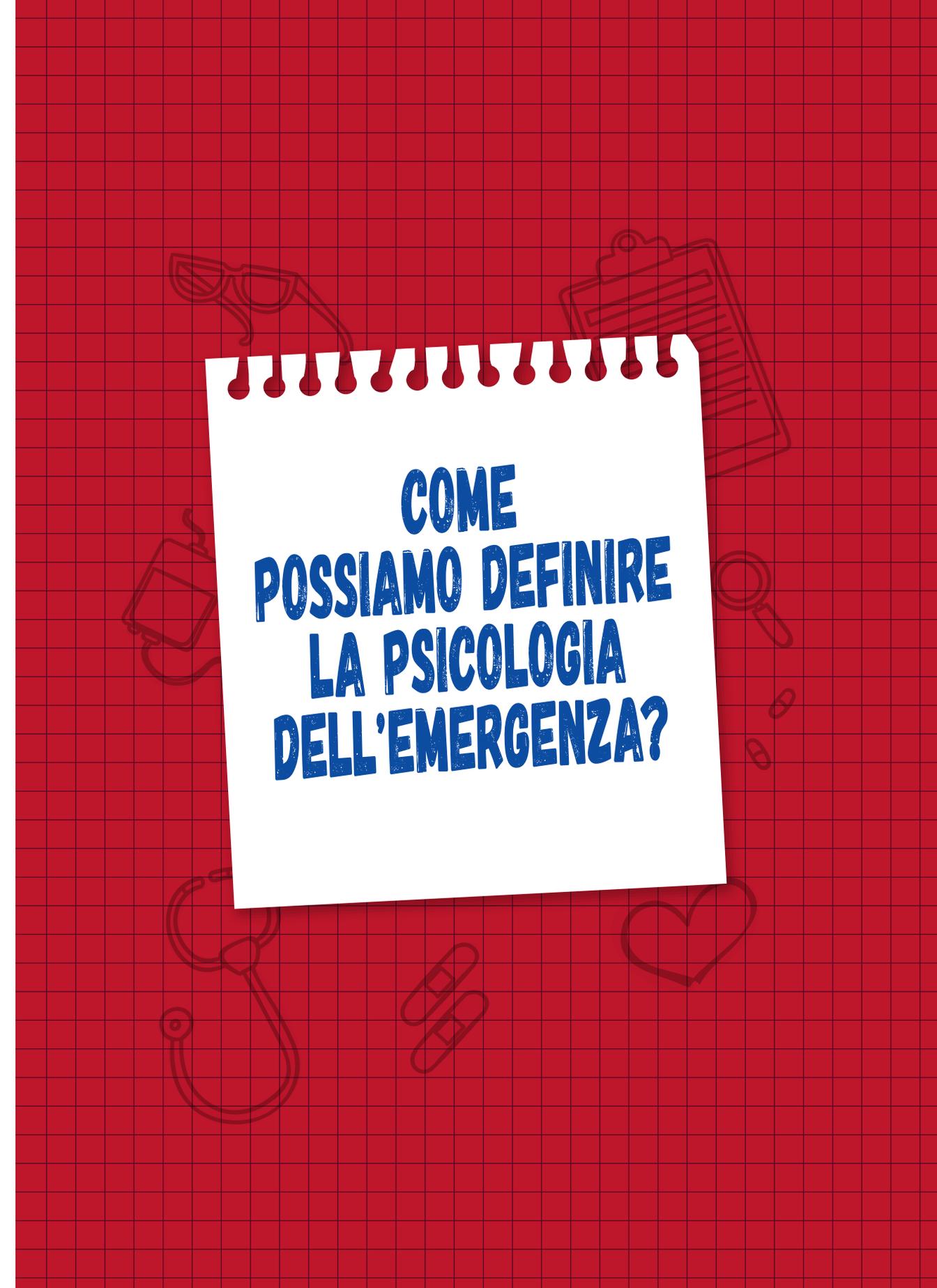
Perdere la casa, vederla distrutta, non poterci entrare è come perdere un pezzo di te, della tua famiglia, della tua vita, dei tuoi ricordi.

“Ci vorrebbe tanta colla”: la frase scritta dal bambino mi ha all'inizio fatto sorridere, poi mi ha fatto riflettere come forse non ho mai riflettuto in questo anno. È vero, ci vorrà tanta colla, tanta progettazione, tanto lavoro, tante risorse, e forse la colla dovrà essere quella coesione necessaria tra le persone, enti, associazioni perché l'Appennino continui ad essere il cuore dell'Italia.

”

Claudio Pettinari

Rettore dell'Università di Camerino



**COME
POSSIAMO DEFINIRE
LA PSICOLOGIA
DELL'EMERGENZA?**

La Psicologia dell'Emergenza è una disciplina relativamente nuova che studia le reazioni psico-sociali individuali e collettive a situazioni traumatiche.

Le prime osservazioni da un punto di vista clinico riguardo alle conseguenze di eventi traumatici risalgono alla seconda guerra mondiale, mentre i primi studi nascono a seguito della guerra del Vietnam (1965-1975), dalle condizioni psico-emotive dei reduci tornati dal conflitto. Nel 1980 l'Associazione Psichiatrica Americana riconosce ufficialmente, nella revisione del manuale ufficiale di diagnostica psichiatrica DSM-3 le sofferenze emotive dei reduci del Vietnam collegate alla guerra come evento traumatico, sotto la denominazione di Disturbo Post-Traumatico da Stress (PTSD).

Attualmente gli studi nell'ambito della Psicologia dell'Emergenza si occupano sia di disastri collettivi (catastrofi, calamità: naturali, tecnologiche, umane) o individuali (incidenti, rapimenti, abusi, tortura), che delle risposte e risorse del singolo e della comunità per far fronte alla crisi (resilienza, strategie di coping ed empowerment).

Un evento traumatico è considerato tale quando "oltrepassa i limiti dell'esperienza umana ordinaria e che con ogni probabilità produrrà distress in chiunque" (N.L. Stanulovic, 2005) "esula dall'ambito delle esperienze abituali, sfida le capacità di reazione di una persona ed è potenzialmente in grado di sconvolgere i suoi meccanismi psicologici abituali" (Jeff Mitchell, Ph.D.); in tale situazione l'equilibrio individuale viene seriamente disturbato e l'individuo sarà con ogni probabilità influenzato dall'accaduto. A differenza dell'evento stressante, il trauma è considerato irreversibile, cioè la persona non sarà più come prima.

COS'È UN EVENTO TRAUMATICO ?

Gli effetti connessi all'esposizione traumatica variano a seconda:

- della situazione;
 - del momento di vita in cui l'evento viene vissuto;
 - delle condizioni psico-fisiche dell'individuo al momento dell'evento e della presenza di una rete sociale intorno alla persona più o meno supportiva;
 - delle esperienze pregresse personali;
- e possono essere:
- emotivi (paura intensa, senso di impotenza, ecc);
 - cognitivi (amnesie, pensieri ricorrenti dell'evento, ecc);
 - fisici (tachicardia, insonnia, ecc).

- Gli effetti, considerati reazioni normali ad eventi anormali, se prolungati nel tempo possono cristallizzarsi fino a divenire dei disturbi che rischiano di condizionare e compromettere la vita o alcune parti di essa (lavoro, relazioni, autonomia).

Diversi disturbi correlati a eventi traumatici e stressanti, tra cui il Disturbo da Stress Post-Traumatico (DSPT), sono tra le principali conseguenze psichiche invalidanti legate all'esposizione ad eventi traumatici.

Lo psicologo dell'emergenza è innanzitutto una persona formata, sia attraverso corsi di formazione che gli permettono di acquisire competenze specifiche rispetto al trauma e al suo trattamento (psicotraumatologia), sia attraverso una profonda conoscenza di sé nell'affrontare situazioni ad alto impatto emotivo e sotto stress, sia attraverso l'esperienza e l'allenamento sul campo con una continua riflessione sul proprio operato in equipe.

Lo psicologo dell'emergenza, proprio perché esposto anche lui all'evento traumatico, non lavora mai da solo, bensì in squadra e in un contesto di rete che è indispensabile per l'efficacia dell'intervento, oltre che rappresentare un elemento protettivo per il soccorritore psicologo.

Nel contesto collettivo, ad esempio un terremoto, lo psicologo

COME INTERVIENE LO PSICOLOGO DELL'EMERGENZA

?

dell'emergenza interviene il prima possibile, insieme con il personale di soccorso, al fine di rilevare i bisogni più urgenti per

strutturare gli interventi a favore della popolazione.

La conoscenza del luogo, dell'accaduto, insieme con il reperimento di tutte le informazioni necessarie, è il primo passo da cui parte poi la programmazione dell'intervento in emergenza.

Lo psicologo lavora al fine di normalizzare e stabilizzare le reazioni psico-emotive e coadiuvare il controllo cognitivo della situazione attraverso un Pronto Soccorso Psicologico e nel tessuto sociale interviene al fine di ricostruire la rete.

Gli interventi di emergenza possono essere sia sul piano clinico che sul piano sociale di comunità.

CHE DIFFERENZA C'È TRA IL LAVORO DELLO PSICOLOGO NEL SUO STUDIO

Nell'emergenza bisogna essere pronti a tutto, il nostro motto è **"si lavora con quello che c'è"** e la creatività può essere un'ottima risorsa. Al contrario in studio l'intervento

E QUELLO IN EMERGENZA NEL TERRITORIO ?

è strutturato ed è a seguito di una richiesta della persona. In emergenza lo psicologo è nel territorio e si sposta in base al bisogno proponendosi e proponendo le proprie competenze.

Lo psicologo che lavora in emergenza in Italia è inserito in associazioni del settore che, oltre a garantire la formazione ai propri soci, intervengono in differenti contesti.

Ad esempio nella microemergenza ci sono realtà come la nostra convenzionate con ospedali e altre in collegamento con il Servizio 118 che si attivano a seguito di una

DA CHI VIENE CHIAMATO LO PSICOLOGO DELL'EMERGENZA ?

chiamata o da parte dell'Ospedale o dalla centrale operativa.

Nella maxi emergenza è necessario essere accreditati come associazione alla Protezione Civile Regionale e Nazionale che attiverà l'associazione stessa. Nel nostro caso l'ANPAS Marche segnala le risorse necessarie (ruolo e quantità) a tutte le Pubbliche Assistenze della Regione, compresa l'APE.

I soccorritori addetti alle operazioni di soccorso si occupano delle vittime primarie (chi ha vissuto in prima persona l'evento) e secondarie (familiari e amici delle vittime primarie) e sono esposti costantemente agli effetti fisici ed emotivi del disastro; possono quindi diventare vittime di traumatizzazione vicaria.

La mancanza di formazione adeguata e programmi di supporto psicologico espongono quindi il personale

**IN ITALIA SI È
MOLTO SVILUPPATO
IN QUESTI ULTIMI
DUE DECENNI
IL VOLONTARIATO
NELL'AMBITO DELLA
PROTEZIONE CIVILE.
È POSSIBILE ED È
UTILE CHE
QUESTE PERSONE
CONDIVIDANO DELLE
COMPETENZE
DI PSICOLOGIA
DELL'EMERGENZA
?**

di soccorso e le persone coinvolte a rischi maggiori di sviluppare un disturbo post traumatico (Cusano, Napoli, 2003, Young et al 2002).

Negli anni la richiesta di formazione in Psicologia dell'Emergenza, da parte di Associazioni che si occupano del Soccorso,

è aumentata fino ad essere riconosciuta nel pacchetto formativo previsto dalla Regione Marche per le Pubbliche Assistenze.

IL LAVORO DELLA PA APE ODV: UN PONTE TRA OSPEDALE E TERRITORIO

La mattina del 25 agosto 2016 l'APE è allertata dalla S.O.D. (Struttura Organizzativa Dipartimentale) di Anestesia e Rianimazione Pediatrica di Ancona, in quanto a seguito del sisma è ricoverato **Andrea**, un ragazzino politraumatizzato recuperato dalle macerie - così ricordano *M. Cristina Alessandrelli* e *Federica Rubicondo*.

Dal 2014 la nostra Associazione è convenzionata con l'Azienda Ospedaliero - Universitaria Ospedali Riuniti "Umberto I - G.M. Lancisi - G. Salesi" di Ancona per offrire un servizio di supporto psicologico in emergenza (Determina del Direttore Generale n. 206/2014 "Convenzione Quadro di Pronto Soccorso Psicologico per azioni nel campo della psicologia dell'emergenza").

Gli Psicologi dell'APE sono affiancati alla Psicologa strutturata e hanno svolto un iniziale incontro con i genitori del minore per raccogliere le prime informazioni e ricostruire l'accaduto.



Mi ricordo - racconta Federica Rubicondo - il corridoio della S.O.D. di Rianimazione, la stretta di mano con il padre di Andrea, le sue prime parole sono: "Andrea è vivo".

Suo figlio estratto dalle macerie, è ora nella stanza dietro il vetro, in quel momento è sedato e indossa un collarino, ha fratture al braccio, alla gamba e alle vertebre.

Ci accomodiamo nella sala d'aspetto, ci raggiunge anche la madre, è al telefono con suo fratello per il recupero dei corpi dei suoi genitori deceduti tra le macerie.

Il figlio si è salvato, racconta il padre, perché era ancora fuori casa con i suoi amici con cui trascorreva tutti gli anni le vacanze estive. I genitori erano rientrati per lavoro in città mentre Andrea era rimasto a Pescara del Tronto, nel paese di origine dei nonni, a loro affidato.

Il padre, appena sentita la scossa, è partito alla volta del paese, arrivato nelle vicinanze ha dovuto raggiungerlo a piedi, non era possibile proseguire con l'auto. Per tutto il viaggio ha avuto il timore che non lo avrebbe trovato vivo. Il paese non esisteva più, camminava sopra le macerie delle case, tra il caos e la polvere chiedendo a tutti quelli che incontrava se avessero visto Andrea. Nel frattempo la madre rimasta in città era in contatto telefonico con un amico del figlio che non era uscito quella sera e che cercava di contattare gli altri ragazzi del gruppo che si erano divisi e sparpagliati dopo la scossa.

Un ragazzo più grande che aiutava tutti - racconta il padre - lo informa che ha visto Andrea salire sull'ambulanza, è vivo! Poco dopo gli arriva la telefonata dei soccorritori che gli passano il figlio.

È stato come se nascesse di nuovo, la stessa gioia, anche di più.

Inizialmente il lavoro di "Pronto Soccorso Psicologico" ha riguardato i soli genitori poiché il ragazzo, sotto effetto di sedativi, non era completamente vigile e cosciente.

È stato fatto un intervento di psico-educazione volto a far conoscere e normalizzare i sintomi post-traumatici favorendo, da parte dei genitori, un'osservazione consapevole delle possibili reazioni psico-emoive del figlio nelle fasi successive.

Il giorno seguente, a seguito dell'allerta del Dipartimento di Protezione

Civile della Regione Marche, gli Psicologi dell'APE aprono uno spazio di ascolto ad Arquata del Tronto (borgo vicino Pescara del Tronto) per fornire un supporto alla popolazione e ciò permette di ricostruire la rete amicale e sociale di Andrea nel territorio dove è avvenuto l'evento.

Al Campo la Psicologa dell'APE, presente all'incontro con i genitori di Andrea, effettua un colloquio con un amico del ragazzo con cui era insieme al momento del sisma, in questo modo è possibile costruire una rete di collegamento tra Ospedale e territorio dell'evento sismico.

La prima persona che ho incontrato al Campo davanti alla tenda che ci hanno assegnato, non appena arrivata, è una mamma che mi chiede di incontrare i suoi figli, lei è preoccupata per loro. Lorenzo ha un piede fasciato e Leonardo, suo fratello minore, è al suo fianco. Entrambi i ragazzi accettano di parlare con me e ci sediamo insieme. Lorenzo mi racconta che si è fatto male durante la scossa spostandosi velocemente in avanti, un passo indietro e sarebbe morto. Non ha fatto in tempo a salvare la sua amica dietro di lui che è morta insieme con un altro suo amico. Loro sono un gruppo affiatato di adolescenti, una quindicina, sono cresciuti insieme, si incontrano tutte le estati nel paese di origine dei nonni.

Quella notte erano tutti insieme in giro per il paese e poco prima di rientrare a casa c'è stata la scossa di terremoto, non hanno fatto in tempo a scappare, sono iniziate a cadere le pietre addosso, poi la polvere, il caos, non ci si capiva più niente, il buio e lui è riuscito a scappare appena la terra ha smesso di tremare.

Non era in grado di vedere dove fossero i suoi amici.

Suo fratello invece era a casa con i genitori, stava dormendo, è scappato, sono scappati tutti e al centro della piazza vedeva intorno a sé le case crollare, tra la polvere.

Ha pensato che non ci sarebbe stato più spazio e che sarebbero stati sommersi dalle macerie.

Chiedo ai ragazzi se hanno notizie dei loro amici ed è in quel momento che nominano Andrea, dicendomi che non sanno che fine abbia fatto. Racconto loro che l'ho visto il giorno prima all'Ospedale dove è ricoverato, è vivo. Dopo aver informato i ragazzi riguardo lo stato di salute del loro amico, insieme ripercorriamo l'accaduto durante e dopo il sisma, ricostruiamo i pensieri, i comportamenti e le emozioni

di quella notte, dal momento della scossa fin quando si sono potuti mettere in salvo.

Il racconto dei genitori di Andrea permette alla Psicologa di incrociare le informazioni raccolte, individuare nel posto gli amici del figlio, ricostruire il contesto dell'evento e creare un legame con i ragazzi.

Il giorno successivo sabato 27 agosto gli Psicologi dell'APE si recano presso il cimitero di Pescara del Tronto per assistere i familiari durante la tumulazione dei propri cari, vittime del sisma.

Siamo in un piccolo cimitero di paese, attendiamo l'arrivo dei carri funebri dopo la messa, fino all'ultimo i familiari non sapevano se fosse stato possibile tumularli lì.

Arrivano le prime auto e le prime famiglie composte nel loro dolore, sono attese 23 bare, ci sono persone anziane, ragazzi, chi viveva lì, mentre altre tornavano per le vacanze.

Il piccolo cimitero è gremito, siamo tutti in piedi al suo interno, il parroco del paese che conosce tutti i presenti, inizia la funzione. Incontro i genitori di Andrea e la sua famiglia, sono lì per seppellire i nonni come loro avrebbero desiderato, io sono in piedi accanto a loro e agli altri familiari.

Accompagnare i genitori di Andrea, durante la cerimonia di sepoltura dei familiari, ha creato un ponte e una continuità di presenza dall'Ospedale al territorio.

I genitori hanno apprezzato la partecipazione e la condivisione nel momento del distacco dai propri familiari ed è stato espresso il desiderio, condiviso, di rivederci in Ospedale e da parte della Psicologa di conoscere Andrea.

In Ospedale il ragazzo, insieme con altri Psicologi APE, ha accettato di effettuare colloqui in cui è stato ripercorso l'accaduto.

Questo ha permesso di iniziare il processo di elaborazione delle emozioni legate al sisma.

Rientrata dal Campo mi sono recata all'Ospedale per conoscere Andrea.

Il ragazzo era disteso nel letto con il collarino indosso e vigile. Mi sono

seduta accanto a lui e gli ho riferito di aver incontrato e conosciuto i suoi amici. Ho sentito di aver colpito la sua attenzione e Andrea mi ha chiesto subito cosa loro mi avessero raccontato di quella notte.

Abbiamo ripercorso insieme il racconto da quando c'è stata la scossa, arricchendolo di informazioni: Andrea raccontava le sue e io aggiungevo ciò che sapevo.

Abbiamo utilizzato "Google Heart" per ripercorrere i luoghi e i momenti.

Al termine alcune convinzioni di Andrea su come erano andati gli eventi sono cambiate ed è cambiata anche l'idea che aveva di sé in quella situazione.

Andrea nell'incontro attraverso la ricostruzione degli eventi, ha iniziato l'elaborazione di ciò che è avvenuto, sia per essere rimasto intrappolato sotto le macerie, sia per la morte dei nonni e dei due suoi amici che erano vicini a lui al momento della scossa.

Andrea ha espresso più volte il forte desiderio di avere un contatto con la persona che lo ha salvato, estraendolo dalle macerie. I volontari dell'APE, in servizio nel territorio, sono riusciti a rintracciarlo e Andrea lo ha potuto sentire telefonicamente e ringraziare.

L'APE, insieme con la Psicologa strutturata, hanno organizzato un incontro tra Andrea e un suo amico di Roma. Lo hanno accolto e preparato psicologicamente all'ingresso nel reparto di Terapia Intensiva e all'incontro con Andrea, illustrandogli cosa avrebbe visto e come avrebbe trovato l'amico.

I volontari dell'APE, che si sono susseguiti nei giorni successivi al Campo, propongono ai due fratelli amici di Andrea di incontrarsi per andarlo a trovare. Ciò è possibile grazie all'accordo con i familiari e al supporto di alcune Pubbliche Assistenze che provvedono al trasporto, la Croce Gialla di Agugliano per l'andata e la Croce Azzurra di Sirolo per il ritorno ad Arquata del Tronto.

Accompagnati dagli psicologi APE, l'11 settembre i ragazzi si incontrano.

Il momento è emozionante per tutti: è da quella notte del sisma che non si vedono più, dopo il grave lutto che li ha coinvolti. I due ragazzi

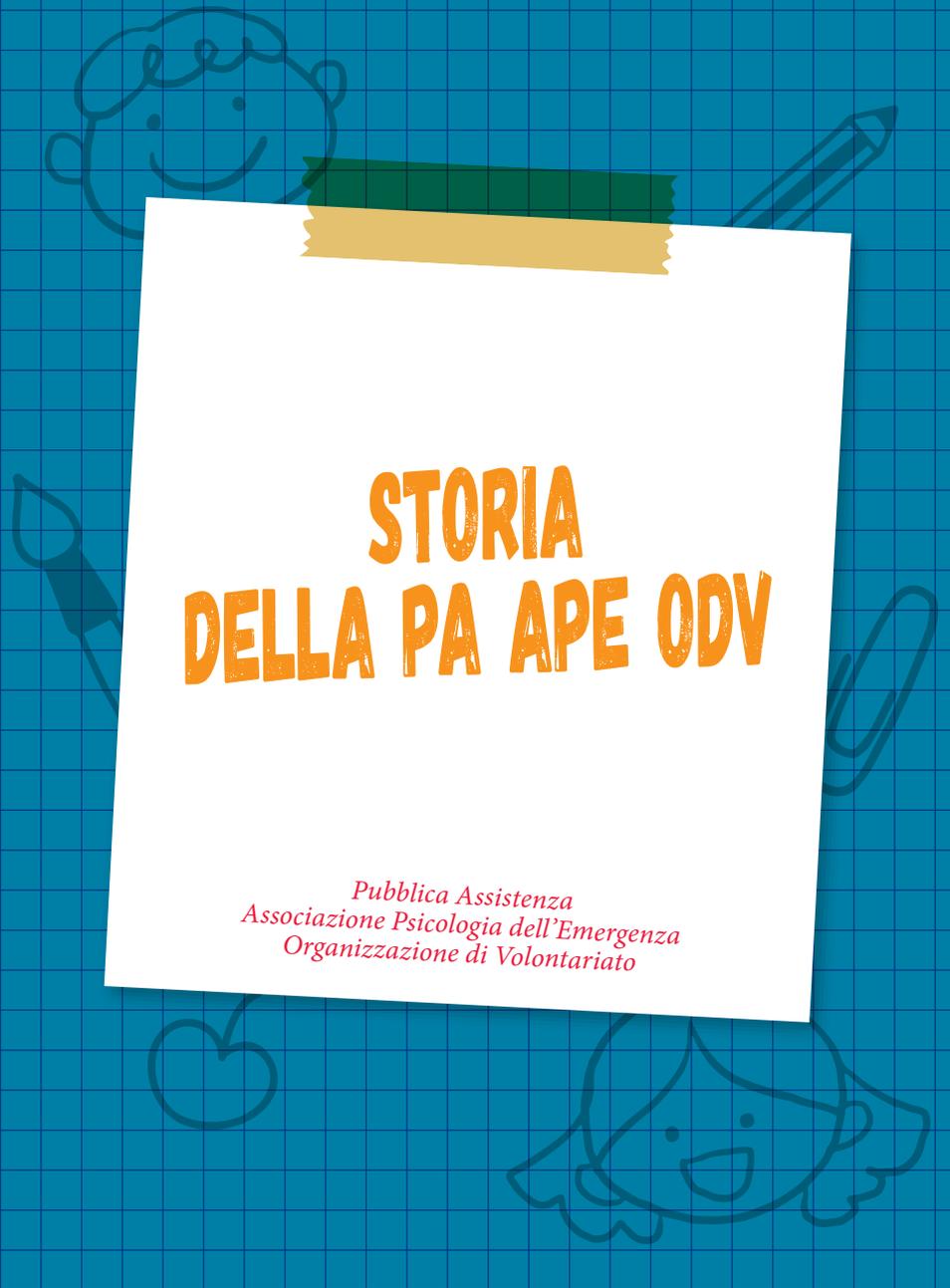
entrano nella stanza della Rianimazione, vedono Andrea ancora immobilizzato nel letto ma basta un attimo che i loro sguardi si incrociano e si riabbracciano.

I ragazzi erano concentrati su ciò che avevano perso e vedersi ha permesso loro di spostare l'attenzione anche su ciò che è presente e "vivo", elemento di grande resilienza.

Nel rivedersi hanno poi voluto ricostruire i momenti durante e successivi al terremoto, questo è indice di un evolversi nel processo di elaborazione dell'evento e del lutto che ha tra l'altro consentito di mitigare i sensi di colpa in quanto sopravvissuti.

Nel tempo il legame con Andrea e la sua famiglia si è mantenuto, anche dopo il ricovero, il trasferimento nell'Ospedale della sua città e il rientro a casa, ormai Andrea e la sua famiglia sono entrati nei nostri cuori, e aggiunge il papà di Andrea: "Anche voi siete entrati nei nostri cuori, vi sentiamo vicini nei tanti momenti di bisogno e sconforto che ancora si succedono, nonostante sia ormai passato più di un anno da quel terribile evento".

”



STORIA DELLA PA APE ODV

*Pubblica Assistenza
Associazione Psicologia dell'Emergenza
Organizzazione di Volontariato*

La Pubblica Assistenza APE ODV - Associazione di Psicologia dell'Emergenza Organizzazione di Volontariato - è nata ad Ancona nel 2008 dall'entusiasmo e dal desiderio di 8 soci fondatori che volevano condividere esperienze e interessi nel campo, allora pionieristico, della Psicologia dell'emergenza.

Il nucleo si raccoglie intorno all'attuale Presidente, Maria Cristina Alessandrelli, Dirigente Psicologa del Presidio Ospedaliero G. Salesi di Ancona. Alcune socie fondatrici condividono insieme l'esperienza di tirocinio post lauream - in precedenza una di esse aveva fatto la tesi in Psicologia dell'Emergenza - e, insieme alla Tutor e Presidente, coinvolgono colleghi e amici in questa passione.

«Avevamo in comune l'interesse per un settore della Psicologia che consentiva di applicare le proprie competenze in una dimensione di volontariato e di condivisione», sottolinea Maria Cristina, una tra le 8 persone che la mattina del 3 luglio 2008 si recano dal notaio per firmare l'Atto Costitutivo dell'Associazione.

«Sulla spinta di Maurilio Frontini», oggi Vice Presidente, che ha seguito sin dall'inizio la nascita di APE, ricorda Maria Cristina, *«è stata voluta un'associazione di "cittadinanza attiva", aperta a tutta la popolazione, anche ai non psicologi»*. Ciò permette una maggiore autonomia del gruppo, una più ampia funzionalità in grado di operare in più settori di attività - dato che l'efficacia di un'associazione è direttamente proporzionale alla partecipazione della stessa cittadinanza che la sostiene. Inoltre, una totale condivisione dei valori, ci ha portato ad aderire, in qualità di Pubblica Assistenza, al movimento ANPAS che così la definisce: *«Essere Associazione di Volontariato di Pubblica Assistenza significa che la mission è l'assistenza rivolta verso "qualcosa", svolta a fianco di "qualcuno" e sviluppata in modo "pubblico". Le Pubbliche Assistenze quindi hanno lo scopo di servire chiunque esprima un bisogno, senza porre condizioni all'aiuto prestato e dimostrandosi aperte a chiunque voglia prendervi parte»*.

PROGETTO 118 BIMBI MARCHE

La nascita di APE fu un punto di partenza ma a suo modo anche un punto di arrivo.

«L'idea di offrire un servizio che si occupasse delle situazioni di emergenza, in particolare dei bambini coinvolti», ricorda Maria Cristina, «è nata nel 2005, durante il Convegno “www.118bimbi.it”, organizzato da ANPAS Marche, in collaborazione con l'Azienda Ospedaliero-Universitaria Ospedali Riuniti Umberto I - G.M. Lancisi - G. Salesi di Ancona. Lì veniamo a contatto con esperienze, anche internazionali, di psicologi attivi da diversi anni nell'emergenza».

Dal convegno nasce l'idea del progetto “Superpiolo 118 Marche” avviato in partecipazione con il Dipartimento di Protezione Civile della Regione Marche, ANPAS Marche e l'Azienda Ospedali Riuniti. «L'obiettivo», narra Maria Cristina, *«era formare gli alunni della scuola dell'infanzia, delle elementari e delle medie inferiori, per prepararli alla prevenzione degli incidenti domestici e alla gestione di possibili emergenze: come e quando chiamare il 118, che informazioni fornire, che tipo di intervento attendersi».* Ricorda Maria Cristina, che ha partecipato alla fase pilota del progetto insieme a funzionari regionali di Protezione Civile, ANPAS Marche e 118. «Oggi, dopo una lunga fase sperimentale, il progetto – che mira a coinvolgere le scuole di tutta la Regione – è stato inserito nel Piano di Prevenzione regionale e quindi siamo in attesa che parta presto».

«Inoltre, all'interno dell'Ospedale Salesi di Ancona», racconta Maria Cristina, «è stato realizzato un Progetto di familiarizzazione con i mezzi di soccorso, per gli alunni delle classi della scuola media G. Pascoli di Ancona. Prima dell'intervento educativo, i ragazzi erano invitati a disegnare in modo creativo, anche con immagini metaforiche, come si immaginavano un'ambulanza. Restituivano disegni terrificanti con mostri e diavoli. Dopo l'intervento, in

cui venivano invitati a salire sul mezzo di soccorso per familiarizzare con le attrezzature, i loro disegni riportavano una visione diversa: un luogo sicuro e a suo modo tranquillizzante».

Un altro passo importantissimo è stata la partecipazione di quelli che saranno i soci fondatori, al Campo Scuola Nazionale di Protezione Civile degli Psicologi Italiani dell'Emergenza, organizzato a Marco di Rovereto (TN) dall'Associazione "Psicologi per i Popoli" nell'ottobre 2007. «*Fu il momento di svolta: entrammo in contatto con le maggiori realtà associative nazionali dell'emergenza e questo ci diede la spinta e le conoscenze necessarie per creare una realtà analoga nel nostro territorio*», rammenta Federica Rubicondo, all'epoca tirocinante e successivamente socia fondatrice APE.

ADESIONE AD ANPAS

ASSOCIAZIONE NAZIONALE PUBBLICHE ASSISTENZE

Uno dei primi passi dell'Associazione fu la richiesta di ammissione dapprima al Comitato regionale Marche e poi, nel 2009, all'ANPAS nazionale. Un "movimento" portatore di valori quali: uguaglianza, libertà, fratellanza e democrazia, per la "costruzione di una società più giusta e solidale"; «*diritti umani e civili riconosciuti dalla Costituzione Italiana*», ricorda Maurilio Frontini, Consigliere di ANPAS Marche che da oltre trenta anni opera nel volontariato.

L'ANPAS è un insieme di Associazioni di Pubblica Assistenza genericamente denominate "Crocì", insomma: Rosa, Gialla, Azzurra, Fratellanza Militare, eccetera, con radici storiche nelle Società Operaie di Mutuo Soccorso, già attive dal 1848 negli stati sabaudi. Associazioni che oggi sono prevalentemente attive nell'emergenza sanitaria 118, nel trasporto sanitario e sociale, nella Protezione Civile e antincendio, ma anche nella donazione del sangue, nella promozione e nell'attività di solidarietà internazionale e adozioni, nella formazione, nel servizio civile, nella mutualità e nell'aggregazione sociale, nella salvaguardia, difesa e soccorso animali. L'ANPAS a livello nazionale e con le sue articolazioni regionali (Comitati regionali) – necessarie per coordinare l'attività delle 886 associazioni iscritte, a cui aderiscono 89.789 volontari, 351.036 soci e 2.000 volontari in servizio civile – è parte integrante del Sistema di Protezione Civile.

«Un'Associazione che intende rispondere ai bisogni del territorio, relativamente all'emergenza e alla sua prevenzione, oltre che alla sensibilizzazione riguardo la Psicologia dell'Emergenza, opera meglio se inserita nel 'sistema' delle Pubbliche Assistenze e attraverso di esse nel mondo della Protezione Civile», spiega Maurilio. «L'ANPAS garantisce una formazione comune per uniformare i modelli di intervento, i supporti necessari per operare in emergenza: dall'organizzazione delle risorse, al trasporto e alla logistica; favorisce la creazione di reti tra associazioni, anche di diversa natura e istituzioni, valorizzando l'attività del Volontariato, come risorsa nei tavoli decisionali,

nelle soluzioni e non, come a volte è considerata, “manodopera a basso costo”. Peggio ancora quando il volontario rappresenta un problema ulteriore alla calamità, per mancanza di autonomia».

L'ingresso degli psicologi nel mondo delle Pubbliche Assistenze e nel contesto molto tecnico e professionale del 118 «rappresentò uno choc culturale per entrambi», racconta Federica; «all'inizio per noi era tutto nuovo, nonostante la condivisione dei valori, facevamo fatica a comprendere il mix di professionalità ed entusiasmo, tra desiderio di donare se stessi e il rispetto delle procedure di “movimento” e “istituzione”. Viceversa per l'ANPAS era nuovo il ruolo degli psicologi all'interno del movimento, non più come collaboratori esterni. Non era chiaro per entrambi come inserire questo nuovo settore di attività e come costruire un percorso operativo comune nell'emergenza».

È iniziato un cammino durante il quale, da una parte, grazie anche ai corsi di formazione seguiti, gli psicologi hanno compreso sempre meglio come muoversi nel contesto altamente organizzato e proceduralizzato della Pubblica Assistenza, dall'altra «è stata gradualmente riconosciuta l'utilità dello psicologo anche e soprattutto nelle maxiemergenze. Per esempio nelle tendopoli si sviluppano spesso conflitti. All'inizio il Responsabile del Campo si avvaleva delle forze dell'ordine per calmare le liti accese, poi ha iniziato a coinvolgere gli psicologi!», nota Maria Cristina.

CONTRIBUTO DELLA PA APE ODV

NELLA FORMAZIONE ALLE PUBBLICHE ASSISTENZE
DELLA REGIONE MARCHE

Un terzo fronte di attività dell'Associazione è la formazione. «Già nel 2006, ancor prima della costituzione di APE, abbiamo iniziato a sperimentare un modulo formativo di psicologia da integrare nel corso di Primo Soccorso, rivolto alla popolazione, organizzato dalle Pubbliche Assistenze locali» dice Maria Cristina. «I nostri interventi sollecitavano dinamiche di coinvolgimento attivo dei partecipanti, favorendo la creazione e la coesione del gruppo, per facilitare sia l'apprendimento che il senso di appartenenza alla Pubblica Assistenza, aumentando il numero dei volontari che rimanevano in associazione dopo la fine del corso».

«Sulla base dell'esperienza acquisita, anche le Pubbliche Assistenze hanno condiviso con noi la proposta formativa che prevede, oltre all'incontro iniziale – che ha come obiettivi formare il gruppo e promuovere una riflessione sulle motivazioni al volontariato – un secondo incontro alla fine del corso. In questo momento conclusivo i partecipanti vengono invitati a “tirare le somme” del corso stesso» puntualizza Federica, «e si lavora sulla relazione di aiuto e sulla comunicazione con l'utente e con l'équipe».

Nel 2016 il modulo di psicologia realizzato da APE viene inserito nello Standard Formativo ANPAS Marche, per le 48 Associazioni di Pubblica Assistenza della regione, nel rispetto della vigente normativa.

Ciò rappresenta il segno di un cambiamento culturale *«un riconoscimento ufficiale della psicologia nell'ambito dell'emergenza e dell'importanza della relazione e della comunicazione nel soccorso»*, sottolinea Federica.

Attualmente l'APE eroga la formazione ad alcune Pubbliche Assistenze della Regione Marche, gruppi Scout, volontari di Protezione Civile e di altre associazioni, partecipa a convegni e seminari.

LE MACRO EMERGENZE

Involontariamente – può suonare cinico dirlo – il sistema della Protezione Civile e tutte le sue componenti crescono attraverso le emergenze, soprattutto le macro-emergenze come i terremoti.

In questo senso le grandi calamità avvenute negli ultimi 10 anni: il terremoto dell'Aquila nel 2009; il terremoto in Emilia nel 2012; l'alluvione di Senigallia nel 2014 e gli eventi sismici del Centro Italia di agosto e ottobre 2016, rappresentano i passi di un veloce e ammirevole percorso di maturazione reciproco, con un nuovo modello operativo, sulla strada del corretto ed efficace utilizzo della Psicologia in Emergenza.

Non a caso questo libro si apre con la rievocazione del terremoto dell'Aquila.

In quell'occasione il Presidente dell'ANPAS Marche, Dott. Massimo Mezzabotta, comprese l'importanza di attivare un supporto psicologico professionale a favore delle vittime. *«Il terremoto dell'Aquila è stata la prima 'prova del fuoco' per APE»* conferma Maurilio, *«ci siamo attivati immediatamente dopo la telefonata del Presidente ANPAS Marche, raggiungendo, il 9 aprile, il campo base presso l'ospedale San Salvatore, presidiato dalla stessa ANPAS Marche e poi il campo base dell'ANPAS Nazionale, allestito presso lo stadio di Rugby Acquasanta, effettuando turni settimanali, con équipe di 4 volontari, fino al 27 novembre 2009 – chiusura della tendopoli. L'esperienza è stata positiva ma molto impegnativa soprattutto per rinnovare con continuità la suddetta turnazione per 8 mesi. Infatti non è sufficiente la buona volontà, l'iscrizione all'Ordine, per far parte della Protezione Civile, occorre anche una formazione ad hoc».*

COSA FA CONCRETAMENTE APE IN QUESTE SITUAZIONI?

Nelle pagine che seguono viene descritto l'intervento svolto con i bambini, *«ma l'équipe psicologica lavora a 360 gradi con tutte le persone colpite: bambini e anziani certo, ma altrettanto con adulti e soccorritori»*, tiene a sottolineare

Federica. «Ci si muove in punta di piedi, non arriviamo dicendo: “Ecco è arrivato lo Psicologo! Di cosa avete bisogno?”. Ci presentiamo come persone disponibili ad ascoltare e questo spesso basta. Queste persone ti vedono vivere, mangiare e dormire nel Campo con loro. Man mano che la popolazione ti riconosce come una persona di cui ci si può fidare, scatta la voglia di aprirsi e di raccontare le emozioni. C'è la persona che chiede un intervento diretto, in quel caso il setting può essere anche una panca dietro una tenda, sperando che non piova».

Più spesso l'incontro sembra avvenire in modo casuale.

«Non sempre è così: capita di essere contattati, così come capita di individuare la persona che a occhio sembra avere più bisogno di supporto e cercare, con delicatezza, il contatto con lei», considera Federica. «Sicuramente è un'esperienza complessa per lo psicologo».

«Nel nostro lavoro 'normale' sia noi che i pazienti, siamo abituati alla presenza di un contesto ben preciso: uno studio confortevole, la targhetta sulla porta, i diplomi appesi alle pareti, la scrivania e gli orari programmati», racconta con autoironia Federica; «l'assenza di questi punti di riferimento è una sfida per noi e il segno di un cambiamento di cultura, sia per la persona che vede lo Psicologo andare da lei, sia per lo Psicologo stesso che esce dal setting classico».

Non è solo questo. «La grande emergenza è una realtà-altra, in cui cambia la dimensione del tempo, le emozioni diventano più forti, tutte le sensibilità sono acute, il mondo “fuori”, diventa lontano» descrive Federica, «momenti in cui ci si sente inutili sono seguiti da altri in cui si può toccare con mano il senso del proprio lavoro».

IL RAPPORTO CON LA PROTEZIONE CIVILE E LE ISTITUZIONI

Durante la fase di gestione dell'emergenza, attivatasi a seguito del terremoto che ha colpito le Marche, è stato compiuto un passo importante: la creazione del coordinamento fra le quattro Associazioni regionali di Protezione Civile, i cui volontari sono professionisti nella Psicologia dell'Emergenza: l'Associazione di Pubblica Assistenza APE ODV, la SIPEM SoS Marche, l'ARES (Associazione Regionale Emergenza Sanitaria e Sociale) e la Croce Rossa Italiana Comitato Marche.

«È comprensibile che con il precedente modello di organizzazione – soprattutto nel concitato clima di un'emergenza – fra queste associazioni, vi possano essere state sovrapposizioni o lacune. È fatale che sia così se non lavorano strettamente in rete tra loro e con le istituzioni», spiega Maurilio «è comprensibile ma non è accettabile. Catalizzando una decisione di cui si discuteva da tempo su proposta di Susanna Balducci, funzionaria del Servizio di Protezione Civile della Regione Marche, è stato creato un coordinamento regionale delle Associazioni dedicate al supporto psicologico», racconta Maurilio che riveste questo ruolo «soprattutto perché non sono psicologo», ironizza.

Il coordinatore regionale degli psicologi volontari di Protezione Civile, durante tale emergenza, ha operato in stretto rapporto con la dottoressa Maria Grazia Ombrosi, del Servizio Salute della Regione Marche, ma soprattutto con lo psichiatra Massimo Mari del Dipartimento Salute Mentale di Jesi dell'Area Vasta 2 ASUR, incaricato di coordinare la funzione dedicata al supporto psicologico per il terremoto, inserita nel tavolo di coordinamento generale della sanità. A lui hanno fatto capo i coordinamenti locali composti

dagli operatori sanitari (psichiatra, psicologo, assistente sanitaria, medico), responsabili delle varie zone-ambito in cui è stato suddiviso il territorio colpito dal sisma.

I coordinamenti locali ASUR, il Coordinatore degli psicologi volontari e le stesse Associazioni, durante i debriefing quotidiani, hanno valutato congiuntamente le criticità e i bisogni del territorio, le modalità d'intervento e dell'operato dei volontari, *«ciò in riunioni quotidiane, lunghe anche tre ore, che concludevano giornate faticose ma che erano utilissime per dare la maggiore efficacia possibile all'operato di tutti»*, puntualizza Maurilio Frontini. Il coordinatore degli psicologi volontari ha quindi favorito *«il processo di integrazione operativa fra le quattro Associazioni, valutato le necessità e cercato le risorse necessarie, organizzando i volontari per dare una risposta ottimale ai bisogni emergenti. Le sovrapposizioni, le lacune e le eventuali "rivalità" sono state superate anche grazie all'idea di formare squadre miste: lavorando insieme, i volontari di diverse Associazioni si riconoscono l'uno nell'altro e si rispettano»*.

Il Coordinatore degli psicologi volontari, Maurilio, ha partecipato alle frequenti riunioni presso la S.O.U.P. (Sala Operativa Unificata Permanente) della Regione Marche, coordinate da Giuliano Tagliavento, Referente Sanitario Regionale e da Susanna Balducci del Servizio Protezione Civile: *«Di fatto per molte settimane quotidianamente i rappresentanti delle diverse componenti: ASUR, ANPAS Marche, Croce Rossa, Professionisti della Protezione Civile, Vigili del fuoco, Forze dell'Ordine e Carabinieri, Forestale, rappresentanti delle Comunità locali, eccetera, si sono riuniti per valutare lo stato dell'emergenza e programmare attività e interventi specifici futuri»* ricorda Maurilio Frontini.

Il rapporto con le istituzioni e in particolare con l'Azienda Sanitaria Unica Regionale ASUR, è stato di fondamentale importanza perché l'emergenza è per definizione temporanea. *«Da una parte il Territorio inteso come l'insieme delle funzioni sanitarie esistenti in un'area, è terremotato come i suoi assistiti e quindi non ci si può attendere che sia immediatamente operativo»*, considera Frontini, *«dall'altra deve essere chiaro a tutti, volontari e assistiti, che l'emergenza è una parentesi. È necessario ripristinare al più presto la continuità assistenziale da parte delle strutture esistenti: per alcune persone già seguite dal servizio Territoriale per le loro esigenze psicologiche, e per altre che potrebbero aver bisogno di un intervento continuativo. Noi volontari dobbiamo quindi stare bene attenti a non sostituirci all'ASUR, anzi dobbiamo sostenerla affinché possa operare al meglio e al più presto»*.

IL SUPPORTO AI SOCCORRITORI

La “lunga marcia” degli psicologi attraverso le istituzioni prosegue sia in termini di coordinamento con le altre componenti della Protezione Civile, sia in termini di supporto psicologico ai soccorritori stessi. È assodato che i soccorritori sono uno dei target del supporto psicologico in caso di emergenza e in relazione sono anche definite le tecniche, per esempio il debriefing, attraverso cui questo supporto viene erogato. *«Ci si confrontava in passato con la cultura radicata da parte dei vari “corpi” dove l’immagine di sé doveva essere forte e sembrava non lasciare spazio alla richiesta di aiuto»,* sostiene Federica, *«il rischio è che in mancanza di un supporto, molte persone cadano in una crisi. L’esigenza di aiuto che sentono non trova spazio nell’immagine che si sono costruite di sé».*

«La domanda di supporto da parte dei soccorritori è il terreno di crescita di oggi», conferma Maurilio, *«ricordo che all’inizio i dirigenti delle Pubbliche Assistenze erano molto scettici. A L’Aquila non ci permettevano proprio di organizzare riunioni con i soccorritori! Ora si sta lentamente superando l’idea del soccorritore-superman, segno di un avvenuto cambiamento culturale, di cui l’APE si è sentita partecipe.*

Su segnalazione della Regione abbiamo dato supporto ai volontari del Soccorso Alpino e del gruppo Speleologico che, per esempio ad Arquata del Tronto, scavavano fra le macerie cercando i sopravvissuti ed estraendo i cadaveri. Ricordo che in passato i Vigili del fuoco e le Forze dell’Ordine quasi mai chiedevano un supporto psicologico... ma le cose stanno cambiando. Dopo il secondo terremoto nel maceratese, mi ha contattato un ufficiale medico dei Carabinieri chiedendo un supporto psicologico per i militari dell’Arma e le rispettive famiglie residenti nelle località terremotate. È un primo passo», commenta il vicepresidente APE.

Qualcosa del genere sta avvenendo anche in ospedale.

«È noto in letteratura che i medici e i team, sia nel Pronto Soccorso sia in altre Specialità, hanno spesso bisogno di un supporto. Ora vedo che questa esigenza è riconosciuta dagli stessi operatori sanitari i quali, a seguito di casi particolarmente pesanti dal punto di vista psicologico, chiedono loro stessi un incontro di debriefing per gestire le emozioni», conferma Maria Cristina Alessandrelli, «da qualche tempo anche i volontari delle ambulanze ci sollecitano interventi di debriefing».

IL PRESENTE E IL FUTURO DELLA PA APE ODV

Oggi APE ha un nucleo di volontari con formazione ed esperienza pratica, altri volontari formati ma inseriti da poco e venti persone che stanno seguendo un corso per futuri volontari. Questo corso, finanziato grazie a un bando del Centro Servizi Volontariato di Ancona, prevede un solido pacchetto di 50 ore di formazione diviso in nove giornate, *«presto quindi potremo avvalerci sui vari fronti – formazione, Pronto Soccorso Psicologico negli Ospedali, supporto nelle emergenze e presidi vari – di un maggiore numero di volontari esperti»*, conclude Maria Cristina, segnalando una iniziativa piccola ma assolutamente eccezionale: un'esperienza di sportello pubblico di ascolto rivolto alla comunità di Agugliano e Polverigi (AN).

LA CONVENZIONE

CON L'AZIENDA OSPEDALIERO – UNIVERSITARIA

OSPEDALI RIUNITI "UMBERTO I – G.M. LANCISI – G. SALESI"

DI ANCONA

APE non abbandona però il suo punto di partenza: la micro-emergenza, in particolare la gestione psicologica dell'emergenza ospedaliera del quotidiano. Un passo storico al riguardo è la firma della Presidente Maria Cristina Alessandrelli, il 20 ottobre 2015, di una Convenzione con l'Azienda Ospedali Riuniti di Ancona per offrire un servizio di "Pronto Soccorso Psicologico".

La Convenzione dà forma e continuità a una convinzione radicata nell'esperienza di Maria Cristina. *«Nei miei circa 40 anni di lavoro in ospedale mi sono resa conto che, oltre al Pronto Soccorso Medico, è importante anche il Pronto Soccorso Psicologico, anzi questo ne facilita il successo. Parlo di un vero Pronto Soccorso che avvenga con le stesse modalità di intervento professionale: immediato e modulato secondo le esigenze».*

La Presidente APE continua: *«Nelle situazioni di emergenza, il dolore a volte è talmente forte e devastante che la mente non riesce a contenerlo e la presenza di un'altra persona crea uno "spazio relazionale" di aiuto in cui non ci si sente soli e si può esprimere il proprio dolore. Questo permette di creare anche uno "spazio mentale" per contenere il dolore stesso. Se un'altra persona è in grado di ascoltare ed essere presente in quel momento in cui le emozioni sono talmente forti e dolorose da essere intollerabili, allora inizio anche io a immaginarmi di poterlo fare. È per questo che in quei momenti è importante non essere soli, eppure è proprio ciò che la maggior parte delle volte accade. I parenti o chi ha vissuto un evento traumatico in prima persona»* continua la Presidente di APE *«accettano quasi sempre un immediato supporto psicologico. A volte ci viene richiesto anche di affiancare il medico nella comunicazione di bad news».*

Grazie alla Convenzione, i reparti di Medicina di Urgenza così come tutti gli altri reparti impegnati nella gestione di gravi criticità (per esempio Rianimazione), possono richiedere l'intervento immediato di una équipe di psicologi preparati ad affrontare l'emergenza. *«Il primo anno siamo intervenuti soprattutto nei reparti pediatrici del Salesi e successivamente anche nei reparti degli adulti».* Sottolinea Federica: *«Grazie alla Convenzione possiamo operare in équipe su più fronti, prendere in carico la persona coinvolta direttamente nel letto di degenza e contemporaneamente i familiari in sala d'attesa».*

In caso di decesso del bambino ricoverato, finisce il lavoro dello psicologo in ospedale.

I genitori assistiti per tutto il percorso hanno costruito con lo psicologo ospedaliero e con gli psicologi APE una relazione intensa ed importante. L'uscita dall'ospedale rappresenta per la famiglia un momento di ulteriore distacco dal proprio figlio, dagli ultimi istanti passati con lui ancora in vita e dalle persone che fino a quel momento sono state loro accanto, compresi gli psicologi. Il rientro a casa inoltre, è un momento particolarmente intenso e delicato in quanto rappresenta il rientro alla quotidianità che però non è più la stessa. Ecco che l'APE offre una continuità dall'uscita dell'ospedale alle fasi successive del lutto, sia che siano coinvolti bambini che genitori. Sono previsti interventi di preparazione psicologica a eventuali fratellini, affiancando i familiari nella comunicazione della morte fino al contatto e all'ultimo saluto con il bambino deceduto all'interno della stanza in Rianimazione; l'intervento prosegue con l'accompagnamento al momento dei funerali e al rientro a casa con visite domiciliari.

Gli psicologi APE realizzano anche interventi a scuola affiancando gli insegnanti nel preparare l'accoglienza e il rientro in classe del minore che ha vissuto un lutto importante.

Nell'ambito della Convenzione inoltre, sono stati realizzati incontri di debriefing con il personale sanitario, in casi particolarmente drammatici.

L'INTERVENTO NELLA SCUOLA DI PIEVE TORINA

Il ricordo di Maria Cristina Alessandrelli

Pieve Torina è, anzi era, un paese di alta collina o montagna di 1.200 abitanti, nella parte più interna della provincia di Macerata, al confine con l'Umbria. È stato uno dei centri interessati dalla prima scossa del 24 agosto e maggiormente colpiti dalla scosse del 26 e 30 ottobre 2016. A Pieve Torina hanno lavorato diverse squadre di Psicologi.

L'APE da Arquata del Tronto si è spostata, dopo il sisma del 30 ottobre, a Camerino (MC) e una squadra di Psicologi volontari, inviati da Giuliana Grifantini e Pamela Accaramboni appartenenti al Coordinamento ASUR-AV3 dell'Équipe del dottor Angelo Meloni, ha seguito i bambini della Scuola Primaria e della Scuola Secondaria di Primo grado dell'Istituto Comprensivo 'Mons. Paoletti' di Pieve Torina (MC), il cui Dirigente Scolastico è Giorgio Gentili.

L'intervento, durato da novembre a gennaio, si è svolto nelle aule della Scuola provvisoria di Pieve Torina e poi presso l'Istituto Scalabrini di Loreto (AN) con un gruppo di alunni dei comuni montani trasferiti negli alloggi della costa.

“

Ho dato la mia disponibilità per un turno di una settimana e sono stata destinata a Pieve Torina (MC) e in particolare sono andata nella scuola (elementare e media) organizzata in una tensostruttura, piccoli box e tende sotto un grande pallone... l'effetto è un chiasso continuo.

Il primo giorno abbiamo preso contatto con le insegnanti per valutare i bisogni e immaginare cosa poter offrire ai bambini, cercando di aiutarli in questa situazione potenzialmente traumatica.

Avuta l'autorizzazione dal Dirigente Scolastico, il giorno successivo abbiamo cominciato a lavorare con le classi. È come dire: la scuola non

insegna solo a leggere, a scrivere e a far di conto, ma offre anche uno spazio di ascolto alle emozioni, dando così valore alla condivisione dei racconti dei propri vissuti a seguito del terremoto. L'elaborazione delle emozioni dolorose è un processo che avviene a livello individuale ma il gruppo può favorirlo e sostenerlo maggiormente.

Abbiamo iniziato a far disegnare quello che ricordavano dei momenti che li avevano più colpiti e poi descrivevano la scena con un racconto, da noi raccolto. Non avendo ancora realizzato l'idea di pubblicare questo libro, abbiamo lasciato i disegni ai bambini. Solo qualche giorno dopo ho pensato che comunque valeva la pena di raccoglierci, magari solo per fare un libricino da restituire ad ogni classe. Così abbiamo chiesto ai bambini di consegnarci i loro disegni ma qualcuno l'aveva portato a casa, o non lo trovava più o la mamma glielo aveva buttato via. Sentendo la preziosità di quel materiale, da lì in poi ce lo siamo tenuto stretto per poterlo utilizzare in qualche modo, nel desiderio di farlo conoscere e dividerlo con altri.

I bambini vanno aiutati a trasformare questo disastro che è successo, in occasione di crescita e di cambiamento, con l'obiettivo di costruire una nuova identità più forte.

Possono scoprire il valore della solidarietà, dell'amicizia con i coetanei e della condivisione del dolore. Non si tratta di distrarli per non farli pensare a quello che è successo e quindi annullare il loro dolore, ma stimolare l'autoconsapevolezza delle proprie emozioni, riconoscendole e accettandole.

Mi ha colpito molto il passaggio dalla difficoltà espressa da alcuni ragazzini che inizialmente non volevano leggere davanti a tutta la classe, al momento finale del nostro incontro, in cui dopo aver letto, mostravano una grande soddisfazione e leggerezza per aver condiviso con i compagni ogni pensiero ed emozione.

Scoprire che tutti hanno provato sensazioni simili alle proprie, li fa sentire più "normali" ed ha su di loro un effetto rassicurante.

Le perdite subite a causa del terremoto, come la propria casa, solitamente luogo sicuro in cui ci si sente protetti, hanno messo questi bambini nella condizione di dover gestire la sofferenza, la paura che continua, anche perché le scosse continuano e quindi nella necessità di trovare le risorse per superare la crisi.

Il nostro intervento psicologico è centrato sullo sviluppo delle potenzialità adattive e delle risorse interne di ogni alunno.

L'utilità di questi incontri è legata alla possibilità di contattare il proprio dolore, esprimerlo e dividerlo con il gruppo. Ciò rappresenta un aiuto per elaborarlo, facendo in modo che i vari aspetti delle informazioni dell'esperienza traumatica si integrino nella mente. Parlarne insieme aiuta a far sì che, con il tempo, diventi uno dei ricordi del passato, senza più avere l'effetto elastico che lo fa ritornare sempre indietro, creando difficoltà nella vita quotidiana, per i continui flash-back, con le immagini dolorose che ritornano nella mente in modo improvviso ed intrusivo.

Per concludere... ecco un ricordo personale: noi siamo volontari quindi spesso ricaviamo non denaro ma grande soddisfazione che ci ripaga dell'impegno... ma non sempre è così.

Un giorno, uscendo dalla tenda della mensa a Pievevitorina, saluto tutti i bambini mentre corrono verso il pullman che, dopo il pranzo, li riporta negli alberghi della costa. C'è qualche genitore venuto a prendere il figlio ed un padre si rivolge a me urlando davanti a tutti: "Noi non abbiamo bisogno di psicologi ma di case!" Che soddisfazione per noi!

Ma li capisco ... c'è tensione e tanta rabbia.

”

RIFLESSIONI SULL'INTERVENTO

Si è pensato di rivolgere l'intervento che viene descritto nel presente testo, ai bambini perché durante un evento catastrofico sono le persone più colpite e fragili, insieme con gli anziani.

I bambini durante le fasi del proprio sviluppo costruiscono la loro personalità e la loro identità, strutturandosi; quando accade un evento catastrofico, si possono trovare non solo in balia degli eventi ma anche delle emozioni e dei pensieri delle persone di riferimento che hanno accanto.

Sono, proprio perché in crescita, aperti e molto ricettivi, e ciò può comportare un rischio maggiore di essere travolti dall'evento, dalle emozioni e dai pensieri forti che non riescono a contenere e definire.

Il bisogno proprio come negli adulti, è di poter codificare quella realtà che stanno vivendo, dare un senso e mettere insieme i pezzi. Gli adulti a volte nelle situazioni traumatiche, proprio perché anche loro colpiti dall'evento e da ciò che sta succedendo, tendono a proteggere o iperproteggere i figli,

cercando di tenerli lontani da ciò che è ritenuto doloroso o troppo forte da vivere.

Tale tentativo di occultamento può essere percepito e interpretato dai bambini come un impedimento o addirittura un divieto ad esprimere le proprie emozioni e pensieri, che invece sono normali in simili eccezionali situazioni. Come risultato i bambini possono tendere a proteggere a loro volta genitori o familiari, evitando di parlarne.

Le emozioni e i pensieri non espressi, taciuti, vengono cristallizzati dentro di sé e proprio perché troppo dolorosi, possono essere separati da sé (dissociati): ciò contribuisce a rendere un'esperienza traumatica, una ferita che non viene assorbita e integrata nella mente.

Dare parola, colore e forma a ciò che non ha voce e a cui non si riesce a dare senso, in quanto troppo doloroso, insieme con il permesso di esprimere e condividere con gli altri tali vissuti, è l'obiettivo di questo lavoro.

L'attività proposta ai bambini è stata pensata in gruppo in quanto ciò rappresenta un ulteriore fattore di protezione e normalizzazione: tutti hanno vissuto la stessa esperienza e ognuno può raccontare come si è sentito.

Ciò porta a modificare la convinzione che ciò che è doloroso è meglio che venga tenuto per sé, nascosto, temendo di apparire fragili e deboli agli occhi degli altri; tale convinzione è confermata a volte dai genitori che pensano che se non se ne parla il bambino soffra meno, in tal modo però si alimenta la confusione, il tabù e la frammentazione del Sé.

Il messaggio che arriva ai bambini, attraverso il nostro lavoro, è che tutti proviamo emozioni e anche quelle dolorose possono essere comunicate. Facendolo ci si sente meglio, uniti e vicini, si crea un legame intimo di amicizia profonda, in quanto è possibile mostrarsi per ciò che si è in modo autentico, superando la paura e la vergogna di aprirsi agli altri e il timore di essere giudicati.

Nel dare forma alle emozioni, ai pensieri e ai vissuti durante il terremoto abbiamo scelto di utilizzare come strumento il disegno, in quanto consente al bambino di dare espressione concreta a ciò che ha vissuto.

Rappresentando l'evento è possibile osservarlo a distanza: guardare il proprio vissuto con occhi diversi e da diverse angolazioni. Distanziandosi dall'intensità delle emozioni di quel momento è possibile analizzare le convinzioni (di sé, degli altri e del mondo) che alimentano sensazioni ed emozioni disturbanti, legate al trauma, come quelle spesso connesse alla convinzione di non essere stati coraggiosi o di aiuto agli altri, di essere stati abbandonati dai soccorsi o che il mondo non è più un posto sicuro.

Analizzando tali convinzioni e confrontando la propria esperienza con

gli altri, è possibile normalizzarla e modificare le idee negative per poi arrivare ad integrare l'esperienza traumatica dentro di sé. L'attività proposta ai bambini della Scuola Primaria e agli alunni della Scuola Secondaria di Primo Grado inizia presentandoci e proponendo il "gioco delle emozioni". Ciò ha l'obiettivo di conoscerci e conoscere le emozioni, parlare tutti lo stesso linguaggio, divertirsi utilizzando il proprio corpo, liberando l'energia e la tensione, creare il gruppo, che funziona da contenitore in grado di accogliere l'esperienza dolorosa. Ai bambini e ai ragazzi è stato poi chiesto di disegnare il proprio vissuto al momento del terremoto, dare forma ai ricordi e alle immagini impresse nella loro mente per poi raccontarle e condividerle. Il viaggio attraverso l'esperienza traumatica si conclude affiancando alla paura quotidiana, un "oggetto magico" in grado di contenerla e attenuarla. A differenza delle altre esperienze traumatiche in cui l'evento ha un inizio e una fine, in questo caso, le scosse sismiche anche ad alta intensità continuano, mantenendo alto il livello di stress e la difficoltà di tornare alla normalità. Obiettivo è aiutare le persone, in questo caso i bambini, a convivere con la paura e l'incertezza, allenandosi a trovare le risorse dentro di sé.

Attraverso il disegno e la costruzione dell'oggetto magico, ogni bambino attinge alle proprie risorse ricordandosi anche che, accanto alle esperienze spiacevoli, ce ne sono altre piacevoli, alimentando la convinzione positiva del mondo, di sé e degli altri.

L'oggetto magico, con il potere di far superare la paura, costituisce anche una fonte di energia positiva alla quale i bambini possono attingere nei momenti di difficoltà, aumentando la propria resilienza.

La condivisione di tutti gli oggetti magici accresce un'immagine positiva del "mondo" piena di risorse da cui attingere per arricchire il proprio bagaglio personale.

L'esperienza di una intimità di gruppo si unisce alle esperienze vissute durante il terremoto, contribuendo ad affiancare alla memoria traumatica una memoria di vicinanza, colore, calore ed emozioni positive.



"PAESI DI CARTA"

**IL TERREMOTO
VISTO DAI BAMBINI**

Alice: "Per quanto tempo è per sempre?"
Bianconiglio: "A volte solo un secondo"
(Lewis Carroll)

Le giornate sono fatte di caffè al bar, passi per le strade, saracinesche che aprono, spese all'alimentari, corse dei bambini all'entrata di scuola, pasta al sugo in tavola, ore di lavoro, calci tirati al pallone, sere sul divano davanti alla tv, notti profonde e sogni.

Poi all'improvviso tutto si interrompe.

Il terremoto spezza il flusso della quotidianità e rende ogni cosa irreal e lontana, come se non fosse mai esistita. Da quel momento il paese non è più un agglomerato di abitazioni, attività, relazioni, vite, ma un non luogo dove tutto si disgrega, dove le case diventano fragili come castelli di carta e dove non può vivere più nessuno.

Pieve Torina è uno di questi paesi.

In questo Comune dell'entroterra marchigiano dove, in seguito al terremoto dell'ottobre 2016, il 98% degli edifici viene dichiarato inagibile, due volontarie dell'APE, M. Cristina Alessandrelli e Veronica Berrè, intervengono sui bambini delle scuole elementari e medie per raccogliere sentimenti, paure, immagini, emozioni. Contemporaneamente, altri psicologi lavorano con la popolazione adulta.

Gli incontri con i più piccoli, hanno come sede prima il campo tende della Protezione Civile, dove le scuole, nonostante tutto, vengono riaperte regolarmente, poi ancora le aule di una scuola rimasta agibile a Loreto. Ed è un lavoro profondo questo, un'entrata in punta di piedi nelle vite di minori che attraversano un momento difficile e indimenticabile.

PAESI DI CARTA scritto da Lorenza Cingoli

Nata ad Ancona, cresciuta a Milano, Lorenza Cingoli ha studiato storia e scrive storie. Ha fatto la giornalista, la ricercatrice, la ghost writer. Scrive libri per ragazzi e da anni lavora come autrice di programmi televisivi e fiction per bambini come *L'Albero Azzurro* e *La Melevisione*.

IL GIOCO DELLE EMOZIONI

Per i bambini, giocare è vitale come respirare, giocando si cresce e si sperimentano moltissime dinamiche che saranno utili nel corso della vita adulta: dalla conoscenza di sé, all'accettazione degli altri.

Proprio dal gioco partono gli psicologi APE per avvicinarsi ai bambini di Pieve Torina. Ci si tuffa quindi nel "gioco delle emozioni".

Gioia, tristezza, paura, rabbia, disgusto, prendono l'aspetto antropomorfo dei buffi personaggi tratti da un cartone animato. Attraverso queste immagini, diventa più agevole riconoscere le emozioni, sensazioni concretissime, ma non sempre facili da verbalizzare: a volte se ne stanno profondamente nascoste dentro di noi e proprio non ne vogliono sapere di uscire fuori.

Attraverso un percorso fatto di disegni e parole, si ricostruisce l'affresco di quella sera di ottobre 2016, quando la vita del paese, già provato da mesi di terremoto, viene interrotta da una scossa terribile.

Le minestre sono sul fuoco, le famiglie riunite a tavola, le tv accese su una partita importante, giochi alla Play Station... E l'attimo dopo: piatti e bicchieri che cadono a terra, lampadari che dondolano, la luce che va via, buio, le porte che non si aprono più e ancora la fuga in macchina, a casa di parenti, nel bar del paese: è un mondo sottosopra dove tutte le certezze vacillano.

Lo sguardo dei bambini è limpido e preciso come una macchina fotografica ad alta definizione: *"fuori dal ristorante si vedeva un polverone perché era scoppiato il muro"* (Greta); *"a poca distanza da me vidi il paese crollare e tanto fumo provocato dalle macerie"* (Giusy); *"saltò la corrente e ad illuminarci il finimondo era il telefono di mio fratello"* (Andrea); *"a nonno gli cascavano i pezzetti di muro sopra la testa"* (Azzurra).

In questa rosa di sentimenti che i bambini verbalizzano e disegnano, risalta senz'altro l'immediatezza della paura, ma anche una grande capacità di

distinguere il terrore causato dal trauma del momento, da una sensazione molto più profonda: la lucida consapevolezza di qualcosa che cambierà per sempre.

Non a caso, di fronte al paese ferito, nella maggior parte dei bambini l'emozione che prevale è la tristezza, la malinconia di dover lasciare le cose più care. *“Tristezza, per la casa, perché è rovinata”*, racconta Karanvir; *“Tristezza, dice Desirée, perché non mi è rimasto proprio nulla”*.

IN PRINCIPIO ERA UN POMODORO

La “Convenzione internazionale dei diritti dell’infanzia” (approvata dalle Nazioni Unite nel 1989), è stata scritta per ribadire quali siano i diritti fondamentali per i bambini di tutto il mondo. Sono tanti i diritti elencati in questo documento, ma tra gli altri risaltano: mangiare, vestirsi, avere una casa, avere legami familiari. Tutti questi diritti inalienabili, limpidi e spontanei, li ritroviamo evocati nei disegni e nei racconti dei bambini di Pieve Torina.

Le case martoriate dal terremoto sono citate continuamente come entità benefiche: *“la casa è come un’amica”* dice Gladys; *“la nostra casa sembrava un castello di carte pronto a crollare”* (Andrea); *“fui contento perché [il terremoto] non aveva fatto danni alla casa”* (Mattia).

E poi i vestiti, perché nulla ti fa sentire più indifeso del trovarti scoperto in mezzo al buio e alla tempesta: *“avevo freddo sui piedi perché non avevo né le scarpe né i calzini”* (Selene).

E ancora, tra le necessità primarie, risalta l’universo potente e accogliente degli affetti: *“Mio nonno ha quasi 80 anni e porta l’ossigeno e fortunatamente è riuscito al buio a trovare la porta di casa e ad uscire scalzo”* (Zeno); *“avevo tanta paura perché pensavo che tutti i miei parenti fossero morti, ma per fortuna no!”* (Katy); *“la cosa che mi ha reso felice è che la mia famiglia composta da 12 persone era salva”* (Marina).

Sono persone concrete, i bambini, non perdono di vista quello che conta ed è come se nei loro pensieri affiorassero gli elementi primari che compongono il loro universo. Nello zaino predisposto da Beatrice già dalla scossa precedente, c’è tutto quello che occorre per sopravvivere: *“Mi ero preparata lo zaino con cibo, acqua, giochi, tablet, PS Vita, caricatori, cappello, guanti, sciarpa, cellulare, coperta”*.

Così l'attimo del sisma, quello che spezza irrimediabilmente la quotidianità, si riassume nell'immagine che Jenny ferma in una frase: "*nel momento in cui c'è stata la scossa stavo guardando un pomodoro*". Potenza della visione analitica, ricordi cristallini, arriva la scossa e l'ortaggio che si stava guardando non lo si dimentica più, diventa quasi un'icona. Il pomodoro significa pranzi in famiglia, è il simbolo della quotidianità spezzata e del timore che quelle riunioni serene e affettive siano finite per sempre. Ma non c'è solo questo probabilmente, il fatto è che in questi frangenti è come se i bambini arrivassero dritti all'essenza delle cose. E il cuore del loro mondo è tutto qui, nelle loro storie e nei loro disegni.

GATTI, ARMATURE E BACCHETTE MAGICHE

Passaporta si chiama così, nel mondo di Harry Potter, un oggetto quotidiano che viene stregato e che può trasportare in un'altra dimensione chiunque le tocchi. Grazie a una passaporta, il protagonista può fuggire da una situazione pericolosa, mettersi al riparo, oppure semplicemente avventurarsi in un posto sconosciuto dove farà nuove esperienze. Anche le fiabe classiche sono piene di passaporte, oggetti apparentemente comuni che nascondono poteri magici: tavolini, acciarini, o lampade, come quella di Aladino, oppure dei vegetali, come i fagioli di Giacomino. Quando questi oggetti si “attivano”, accadono cose meravigliose, la storia ha una svolta e la vita del protagonista, prima difficile e di solito segnata dalla sfortuna, cambia radicalmente.

Gli psicologi APE hanno chiesto ai bambini di disegnare degli oggetti “magici”, strumenti dai poteri speciali, in grado di portare forza e annientare lo spettro della paura risvegliato dal terremoto. Molti tra gli oggetti citati sono similissimi a quelli delle fiabe: una bacchetta (Aurora), un tronco d'albero, classico passaggio segreto che conduce ad altri mondi (Irene), persino un anello (Vladimir), come quello che era in grado di trasportare la Bella a casa di suo padre se appoggiato sul comodino, sottraendola per qualche ora al lugubre Castello della Bestia.

Altri oggetti hanno la forza di armi da super eroi: *“un'arma che spara con un pulsantino gli aculei e con un grilletto i missili”* (Luca); *“Ho quest'armatura che mi infonde coraggio”* (Jacopo) o da 007: *“una mazza da golf che spara”* (Alex).

Certo, quanto sarebbe bello se certi oggetti utili nella vita di tutti i giorni avessero qualche potere magico in più. La colla per esempio, riesce a tenere insieme moltissime cose, perché non le case del paese? *“Quando ho paura guardo la colla che mi fa pensare che il terremoto si possa incollare”*, racconta Mirko.

Con grande forza, nei pensieri dei bambini risalta la presenza degli animali,

cani, gatti, tartarughe. Gli animali infondono energia, quando li tocchi ti fanno passare qualsiasi timore, sanno tutto del mondo e sembrano conoscere i segreti delle viscere della terra.

“Ira, il mio cane, quando c’è il terremoto lei mi viene sopra e mi sta vicina, quando abbaia mi avverte dell’arrivo del terremoto”, spiega Benedetta. *“Quando ho paura penso al mio cane e mi metto la spilla della Protezione Civile”,* ricorda Marzia, mentre nei momenti di paura Marina pensa ai suoi gatti magici: *“ne ho 25”*.

Nella famosa fiaba, il Gatto con gli Stivali riesce a sconfiggere un terribile orco ingannandolo con la sua astuzia. Chissà quante cose mirabolanti potrebbero fare 25 gatti magici tutti insieme!

DAVANTI A POLIFEMO

Lampi di giallo acceso lacerati di bianco, nel disegno di Matteo, la scossa di terremoto assume l'aspetto di una specie di belva che divora tutto con le sue fauci spalancate, mentre in quello di Marina il letto dove la bimba dorme insieme alla nonna è circondato da fulmini rossi, come due potenti scosse elettriche. Per Cristian lo scenario diventa apocalittico, da film horror, con gli zombi che assediano la casa e il cielo infestato da spettri.

Ma non ci sono solo paure nei disegni realizzati dai bambini nel corso degli incontri. A guardare bene in quasi tutti si trovano elementi di forza e reazione.

“Mio fratello aveva avuto l'idea di mettersi sotto il tavolo”, racconta Simone e infatti nel suo disegno si vede un bambino che ride sotto il tavolo di cucina. In un altro disegno, Alessandra si trova in casa dove sta mangiando da sola. Righe azzurre sul pavimento ricordano che la terra comincia a tremare, gli occhi della ragazzina sono sbarrati, sul petto un cuore rosso in evidenza appare gonfio di angoscia, ma forse anche di coraggio. E intanto, all'esterno, il cielo notturno è limpido e splendono le stelle.

Anche i ricordi dei momenti belli possono diventare delle passaporte, basta trovare un oggetto legato a un giorno felice e il gioco è fatto.

Maria Stella disegna dei personaggi tondi e sorridenti che portano in testa dei copricapi simili a mezzi gusci d'uovo: *“... il quadro della famiglia Cri Croc mi fa ripensare ai momenti belli passati con la mia famiglia e non ho più paura”,* mentre Lucrezia tratteggia una bolla di vetro con le casette, gli abeti, una stella cometa e la slitta di babbo Natale che vola: *“Quando ho paura guardo la mia sfera di Natale e [penso] ai bei momenti che ho passato*

in quel periodo". Gira la sfera, cade la neve e i pensieri brutti se ne vanno via.

Nel disegno di Nicola, la casa colpita dal terremoto è rossa come una vampata di fuoco di camino, storta e spezzata a metà da una ferita che la percorre tutta. L'unica finestra aperta su un frammento di chiarore, ricorda l'occhio spietato di Polifemo, il Ciclope che imprigionò Ulisse nella sua caverna. La famiglia sorpresa dalla scossa, cerca di trovare la via d'uscita e sembra sovrastata dalla potenza del gigante. Eppure le tre esili figure sorridono, i volti sono sereni, in barba al mostro che comunque non riesce a fermarli.

Davanti alla furia della natura, i bambini appaiono piccoli e indifesi, proprio come Ulisse e i suoi compagni, ma sono furbi, intelligenti e uniti, sanno di potercela fare. Polifemo continuerà a scagliare le pietre con la sua forza sovraumana ma, forse, non riuscirà a colpirli. I piccoli umani ce la metteranno tutta e sconfiggeranno la paura. Presto, col favore dei venti, isseranno le vele e riprenderanno il loro viaggio. Come veri eroi.

1^A CLASSE

SCUOLA PRIMARIA

RICHIESTA: Ripensa al momento in cui c'è stata la scossa di terremoto, quello che ti ha colpito di più, dove eri? Con chi eri? Cosa è successo? cosa hai visto?



DISEGNA
L'IMMAGINE
CHE RICORDI

...



disegno di: SELENE

Selene

«Ho fatto casa mia, stava cascando un giocattolo di vetro, io stavo sulla poltrona di mio nonno. Il giocattolo è caduto e si è rotto, c'erano anche dei giocattoli miei di quando ero piccola».

Emozioni:

«**Tristezza** perché avevo freddo sui piedi perché non avevo né le scarpe né i calzini, stavo in casa e papà e mamma me li sono andati a prendere. La **paura** non mi fa niente».



Azzurra

«Stavo davanti alla porta di casa, zio mi teneva perché sennò restavo lì, a nonna gli cascavano i pezzetti di muro sopra la testa. Zio dice che è rimasto aperto il portone di casa e usciamo da lì, papà tiene nonna e la porta giù, un'altra nonna è uscita da sola, mamma pure».

Emozioni:

«**Paura** quando ho visto che c'era la scossa e non ce la facevamo a scendere. **Tristezza** quando non c'avevo più casa, quando non potevo rientrare, non avevo neanche i peluche, niente».



disegno di: MARTINA

Martina

«Io stavo in macchina con mamma, papà stava in casa a fare il caffè. Papà è uscito fuori e la macchina dondolava».

Emozioni:

*«**Paura** quando c'era il terremoto quello forte, che dondolava la macchina».*



disegno di: MATTEO

Matteo

«Io stavo nella stanza di mio nonno, era di pomeriggio, papà mi ha fatto entrare e ho visto tutte le crepe e i muri spaccati. Durante la scossa io stavo a casa di nonno a giocare con il telefono. Mi sono messo a piangere il giorno dopo quando ho visto le crepe».

Emozioni:

*«**Tristezza** quando papà mi ha fatto vedere la casa di mio nonno. Anche un po' di **paura** ce l'avevo».*

DISEGNO DELL'OGGETTO MAGICO PER SUPERARE LA PAURA

RICHIESTA: ognuno di voi immagini dentro di sé un modo per sconfiggere le proprie paure. Avete a disposizione fogli e colori con cui potete realizzare un oggetto con dei "poteri speciali" che potrete tenere con voi e che vi aiuterà per le vostre paure.



disegno di: MARTINA

Martina

«Il tesoro magico mi fa compagnia e mi fa passare un po' la paura».



disegno di: MATTEO

Matteo

«Questa è la croce di Gesù, mi fa compagnia e dopo la paura se ne va via».



Azzurra

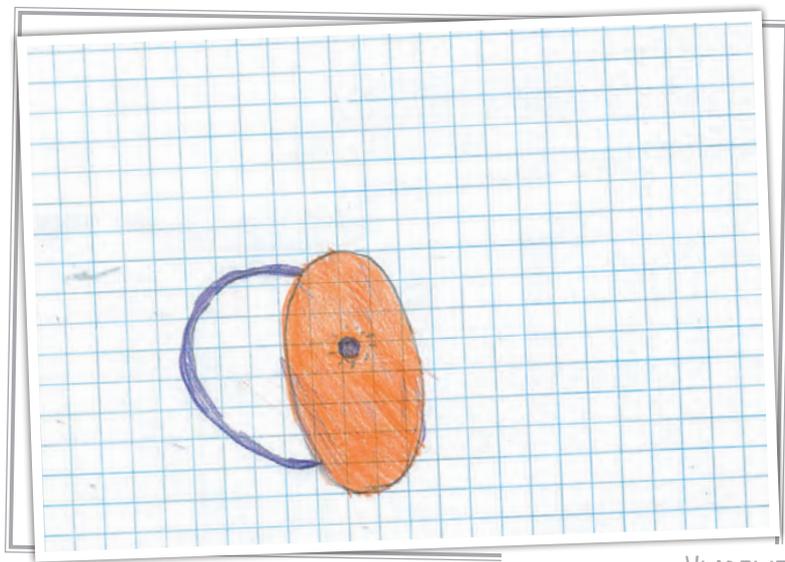
«Un cane e un gatto nascosti dentro un cuore magico. Quando mi stringo il cuore magico sulle mani non ho più paura».



disegno di: SELENE

Selene

«Quando ho paura metto la bambina magica vicino a me e mi toglie la paura».



disegno di: VLADIMIR

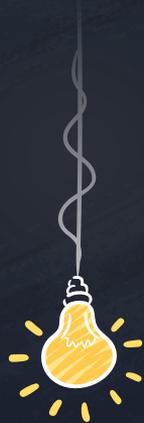
Vladimir

«Questo braccialetto se me lo metto in mano mi fa passare la paura.»

2^A CLASSE

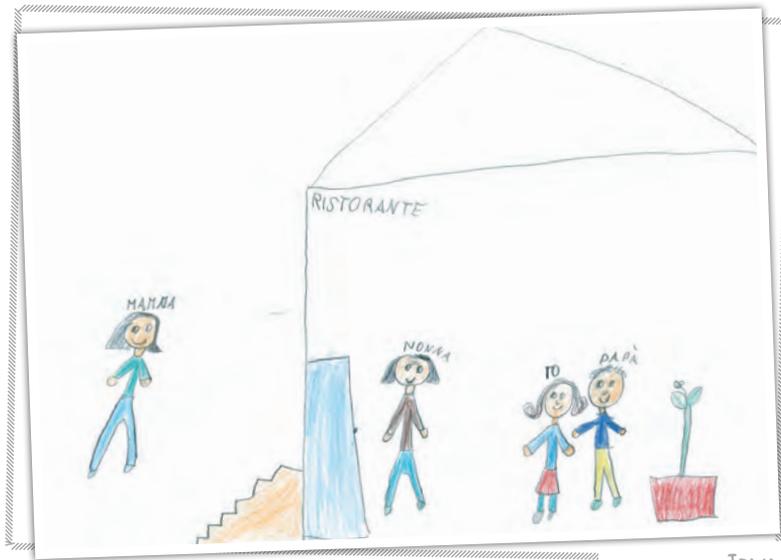
SCUOLA PRIMARIA

RICHIESTA: Ripensa al momento in cui c'è stata la scossa di terremoto, quello che ti ha colpito di più, dove eri? Con chi eri? Cosa è successo? cosa hai visto?



DISEGNA
L'IMMAGINE
CHE RICORDI

...



disegno di: JENNY

Jenny

«Il momento della scossa mi trovavo nel ristorante di nonna, insieme a papà stavo guardando un pomodoro, mamma era la più fortunata perché stava già fuori, papà mi ha preso in braccio e siamo scappati, anche nonna è scappata, poi ci siamo seduti sulla panchina di fuori. In mansarda erano cadute tante cose. Papà non mi vuole mai prendere in braccio però quella volta sì».

Emozioni:

«**Paura** del terremoto».



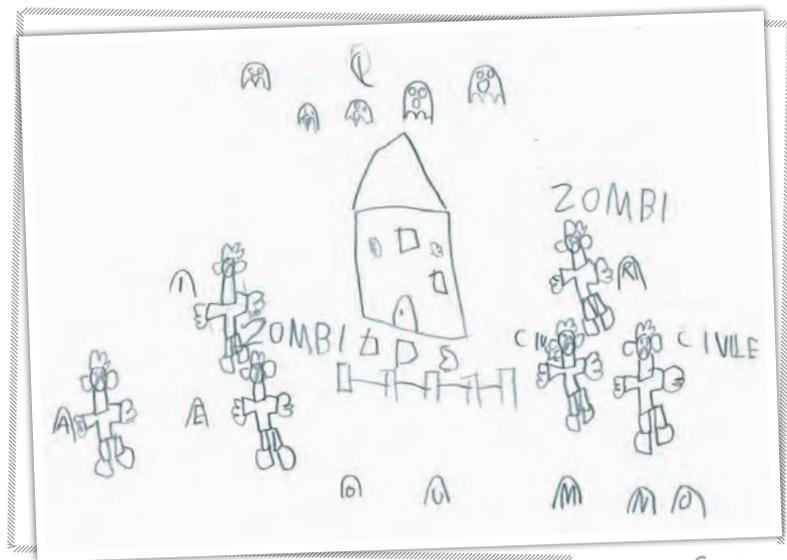
disegno di: NICOLA

Nicola

«Mi trovavo dentro casa con mamma e papà e stavamo cenando, stavano cominciando a cadere tutti i coppi e l'intonaco poi papà mi ha preso in braccio e mi ha portato fuori. Con la macchina non si poteva passare perché la strada era coperta di macerie e di travi. I vigili del fuoco hanno sfondato la crepa nel muro per prendere i panni. Nonno dice ridatemi i fucili che sono rimasti tutti a casa. Da una foto si vedeva la canna sotto le macerie».

Emozioni:

«**Paura** perché cascava tutto, **rabbia** perché non volevo che cascava casa, **tristezza** perché mi era cascata casa».



disegno di: CRISTIAN

Cristian

«Al momento della scossa ero a casa con mamma papà mio fratello Salvo di 18 anni. Abbiamo finito a mangiare e ne ha fatta una piccolina e aveva fatto cadere una lampadina in bagno, poi quella grande è arrivata quando c'eravamo tutti e avevamo finito cena. Stavo guardando il canale poi ha iniziato. Io ho corso fino da mamma che mi ha preso in braccio e lasciato in macchina. Mio padre è andato a prendere le sue cose, mio fratello ha preso la sua Play4 e la mia Play3».

Emozioni:

«**Rabbia** quando casa stava quasi per crollare, **paura** che cadeva una pietra sulla testa».



disegno di: IRENE

Irene

«Io stavo dentro casa con papà mamma e Marina mia sorella e ha fatto una scossa. Mamma stava preparando la minestra io e nonna stavamo sul divano. Mamma mi ha preso per mano e anche nonna, siamo usciti e siamo andati in macchina. Quando mamma è tornata su la minestra era volata per terra e la pentolina era rimasta lì».

Emozioni:

«**Tristezza** perché il gatto è rimasto lì da solo però glielo danno da mangiare e perché la bicicletta è rimasta da nonna e non posso prenderla più, **paura** che si rompeva un giocattolo vecchio».

DISEGNO DELL'OGGETTO MAGICO PER SUPERARE LA PAURA

RICHIESTA: ognuno di voi immagini dentro di sé un modo per sconfiggere le proprie paure. Avete a disposizione fogli e colori con cui potete realizzare un oggetto con dei "poteri speciali" che potrete tenere con voi e che vi aiuterà per le vostre paure.

Cristian

«Il chiappayieti con gli occhi fa passare la paura. La magia è che fa passare la paura con gli occhi di chiappayieti».



Nicola

«L'orsetto magico mi fa passare la paura perché mi fa sognare cose bellissime».



disegno di: IRENE

Irene

«Coniglio, bacchetta e un tronco d'albero tagliato...Quando ho paura guardo gli occhi del coniglio e mi fa passare la paura».



disegno di: JENNY

Jenny

«L'orsetta magica. Quando ho paura guardo la bacchetta dell'orsetta magica e non ho più paura».



disegno di: GIANLUCA

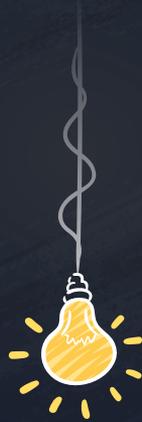
Gianluca

«Palla colorata».

3^A CLASSE

SCUOLA PRIMARIA

RICHIESTA: Ripensa al momento in cui c'è stata la scossa di terremoto, quello che ti ha colpito di più, dove eri? Con chi eri? Cosa è successo? cosa hai visto?



DISEGNA
L'IMMAGINE
CHE RICORDI

...



disegno di: KARANVIR

Karanvir

«Il giorno del terremoto sono stato in camera a giocare con i videogames, ero da solo, è arrivato il terremoto e dopo sono andato fuori casa poi è arrivata la mia famiglia e poi mio zio e abbiamo dormito nel container e dopo è arrivato il secondo terremoto, è andata via la luce ed è crollata una parte della casa».

Emozioni:

*«**Paura** che mi cascava addosso la casa e **tristezza** per la casa perché è rovinata».*



Emma

«Io ero a casa di mia nonna, io e mamma stavamo giù di sotto al piano terra e gli altri al terzo piano, io ho visto i muri cadere, quello della cucina e delle scale, e sono corsa fuori, poi sono scesi tutti, mamma e papà sono risaliti a prendere alcune cose, mentre io sono rimasta con nonna. Papà e mamma sono ritornati a lavoro».

Emozioni:

*«**Paura** perché la casa crollava».*



disegno di: **SABRINA**

Sabrina

«In quel terremoto stavo a casa per prendere una cosa, in quel momento è andata via la luce, papà ha provato ad aprire la porta ma era bloccata, siamo andati fuori e abbiamo visto una persona che vomitava e le persone gridavano aiuto. Finito il terremoto papà è salito a prendere le cose e abbiamo dormito in macchina».

Emozioni:

«**Disgusto** per la persona che aveva vomitato, **paura** perché la casa poteva crollare, **tristezza** perché vedevo le persone piangere e mi veniva anche a me da piangere».



Marzia

«Eravamo tutti a casa di zia e dopo, abbiamo sentito il terremoto mentre io mi stavo lavando le mani insieme ai miei cugini, nonna è corsa ed è andata a prenderci e poi non si apriva la porta, dopo che siamo usciti nonna era uscita con il coltello nelle mani perché stava tagliando il pane in cucina. Dopo papà e mamma sono andati a vedere le mucche e siamo rimasti con le zie a dormire in macchina per alcuni giorni».

Emozioni:

«**Paura** perché cinque minuti sembrava che cadeva la casa».



disegno di: SIMONE

Simone

«Io stavo a mangiare e a un certo punto sento tremare, il mio gemello è venuto da noi e mamma c'aveva tenuto per proteggerci. Mio fratello aveva avuto l'idea di mettersi sotto il tavolo poi dopo la scossa siamo usciti e siamo saliti in macchina di mamma e poi mamma e papà sono entrati in casa per prendere delle cose, poi siamo andati dai miei cugini e zia piangeva e c'era mia cugina piccola che si era messa a vomitare. Mio zio è andato a prendere i biscotti perché non avevamo mangiato niente, poi siamo andati a dormire in macchina dei miei zii».

Emozioni:

«**Disgusto** perché mia cugina aveva vomitato, **paura** per il terremoto perché crollava casa, **rabbia** perché il terremoto ha fatto piangere le altre persone che avevano le case vecchie, **tristezza** perché mi dispiaceva che le altre persone piangevano e anche io».

Marco

«Dopo il terremoto Alessandro, il mio migliore amico, era venuto a casa da noi perché abitava in un palazzo crepato. Poi è venuto un altro terremoto ed era sparita la luce, il lampione era fulminato e la porta era aperta. In quel momento eravamo tutti insieme, siamo usciti fuori e papà è andato a prendere la macchina per passare da Annalisa, una signora anziana. Il papà di Alessandro è andato a prendere la macchina per prendere tutta la famiglia. La stessa sera abbiamo dormito nella macchina di zio perché pioveva».

Emozioni:

*«**Paura** per tutti perché tremava tutto e poteva crollare la casa e anche **tristezza** per lo stesso motivo».*

DISEGNO DELL'OGGETTO MAGICO PER SUPERARE LA PAURA

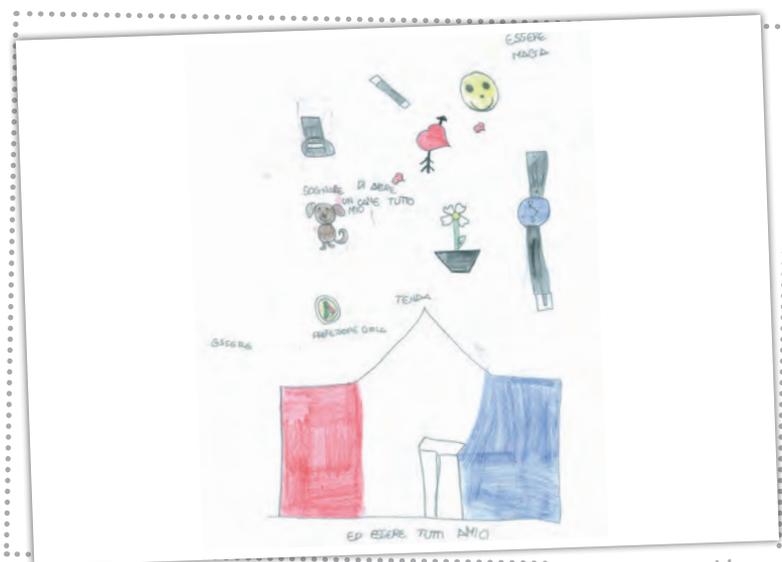
RICHIESTA: ognuno di voi immagini dentro di sé un modo per sconfiggere le proprie paure. Avete a disposizione fogli e colori con cui potete realizzare un oggetto con dei "poteri speciali" che potrete tenere con voi e che vi aiuterà per le vostre paure.



disegno di: **KARANVIR**

Karanvir:

«Quando ho paura di qualcosa penso le cose magiche e mi fa passare la paura».



disegno di: **MARZIA**

Marzia:

«Quando ho paura penso al mio cane e mi metto la spilla della Protezione Civile».

Marco

«È un aggeggio con una palla sopra che si carica da quell'aggeggio e si può caricare anche dalla presa, si può attaccare pure dietro alla macchina con sei ruote, quando hai paura schiacci il pulsante della gioia e quando sei triste schiacci il pulsante blu della tristezza, verde per disgusto, viola per paura e rosso per rabbia. La magia viene schiacciando i pulsanti. La magia è quando ho paura schiaccio il pulsante della gioia».

Sabrina

«Questi oggetti cioè bacchette o sfere ti faranno cambiare l'umore regalandoti un sorriso splendido o dandoti un fiore, ma non è solo questo, c'è pure un cuore magico che ti colpirà il cuore e pure una torta che ti darà serenità o gioia».



disegno di: SIMONE

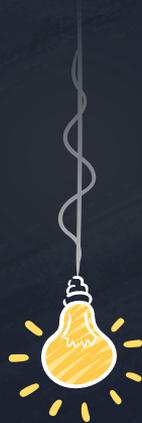
Simone

«La magia mi farà passare la paura guardando tutti questi oggetti magici di Pinocchio».

4^A CLASSE

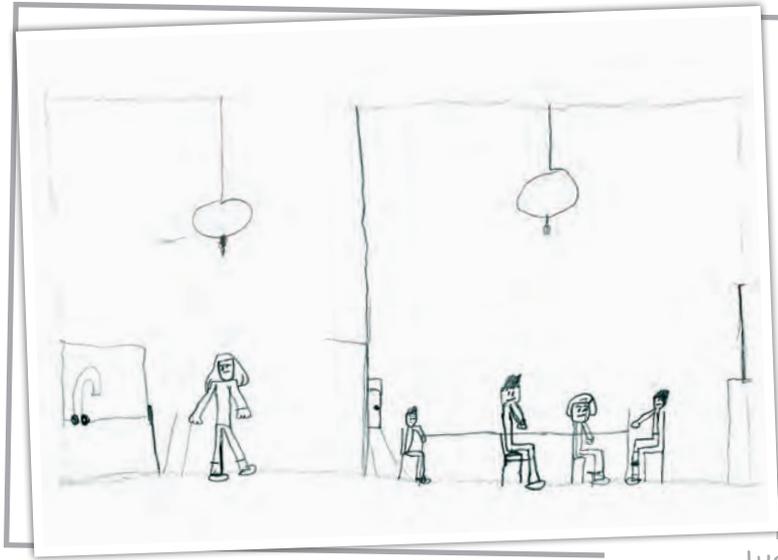
SCUOLA PRIMARIA

RICHIESTA: Ripensa al momento in cui c'è stata la scossa di terremoto, quello che ti ha colpito di più, dove eri? Con chi eri? Cosa è successo? cosa hai visto?



DISEGNA
L'IMMAGINE
CHE RICORDI

...



disegno di: LUCA

Luca:

«Qui sono a casa al piano di sotto perché sennò siamo sempre di sopra. C'erano mia sorella, mio fratello e papà vicino alla porta. È successo il terremoto, papà è uscito dalla porta e noi stavamo tutti in fila indiana dietro a papà, stavamo nel corridoio andando verso la porta di casa. Siamo usciti e uscivano anche i vicini. Sono caduti degli oggetti».

Emozioni:

*«**Paura** che crollava casa con noi dentro».*



disegno di: SARA

Sara

«Stavamo insieme a dei parenti e cenavamo. Io e mio fratello guardavamo la tv nonna e nonno stavano già fuori. Noi avevamo la porta vicino però siamo andati nel corridoio. Mamma stava in camera e avevo paura per lei. Quando stavamo fuori pensavo che era crollata casa però era solo il camino».

Emozioni:

«**Paura** che mamma restava dentro casa insieme a mio fratello, paura che morissero».



Maila

«Stavo dormendo, ad un certo punto mamma mi ha svegliata e ho detto mamma che succede? E lei mi ha detto la terra trema usciamo! Mi ha preso per il braccio e mi ha fatto scendere le scale. Io mi chiedevo che succede? Ero confusa, non capivo che succedeva. Sono andata fuori e l'ho chiesto a mia sorella e lei ha detto che era il terremoto e doveva succedere un'altra scossa, poi è successa. Mamma ci ha portato al garage».

Emozioni:

«**Tristezza** perché mamma non mi faceva rientrare in casa, **paura** per un'altra scossa perché erano andate via le luci, che rimanevamo in casa perché non riuscivamo ad aprire la porta, non si vedeva la maniglia per aprire la porta».



disegno di: ALESSANDRA

Alessandra

«Io stavo mangiando da sola poi è arrivato papà. Non ho fatto in tempo a mangiare perché è venuta la scossa e sono dovuta scappare, poi sono andata in giardino per prendere il cane, poi sono andata al bar e stavano tutti riuniti lì sotto. Abbiamo dormito in macchina sotto l'officina di papà che era sicura. Però quella notte non ho dormito che avevo paura».

Emozioni:

«Paura perché pensavo che la casa era vecchia e poteva crollare».



disegno di: ALEX

Alex

«Io stavo a Torino perché ero andato a vedere la partita della Juve. Io stavo con mamma e mia sorella stava a cena con papà, a Torino non c'erano venuti perché mia sorella doveva fare i compiti. Quella del 24 io stavo dormendo però l'ho sentita e mi sono svegliato».

Emozioni:

*«**Paura** pensando che crollava la casa e non potevo uscire perché c'erano le scale».*



disegno di: MARINA

Marina

«Io ero a casa di mia nonna a dormire, ho svegliato nonna poi siamo usciti dalla camera, ci siamo vestiti e siamo usciti fuori. Siamo stati tutta la notte a Vallopa dai miei zii in macchina dove abbiamo dormito».

Emozioni:

*«**Paura** che crollava casa, **tristezza** perché non c'erano i miei genitori a casa».*

DISEGNO DELL'OGGETTO MAGICO PER SUPERARE LA PAURA

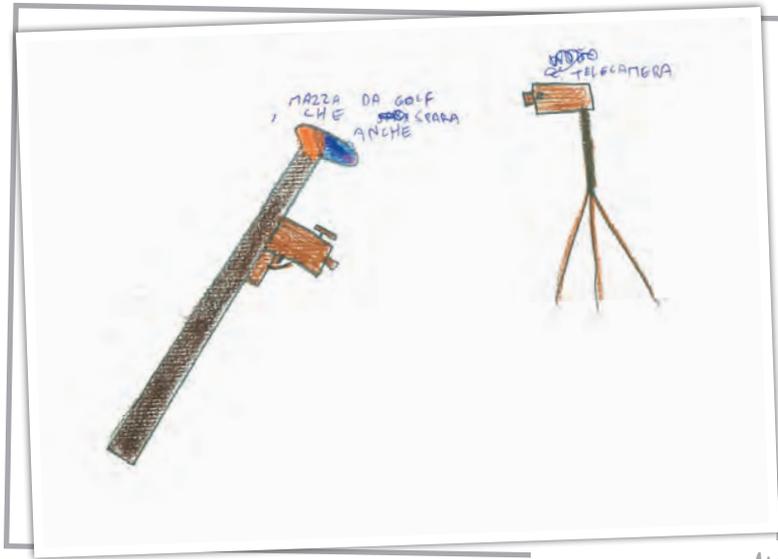
RICHIESTA: ognuno di voi immagini dentro di sé un modo per sconfiggere le proprie paure. Avete a disposizione fogli e colori con cui potete realizzare un oggetto con dei "poteri speciali" che potrete tenere con voi e che vi aiuterà per le vostre paure.



disegno di: ALESSANDRA

Alessandra

«Ho disegnato un cane. Il cane mi aiuta a difendermi perché prima si fa coccolare e poi dopo un po' mozzica. Quando ho paura Bianca mi difende perché mozzica».



disegno di: ALEX

Alex

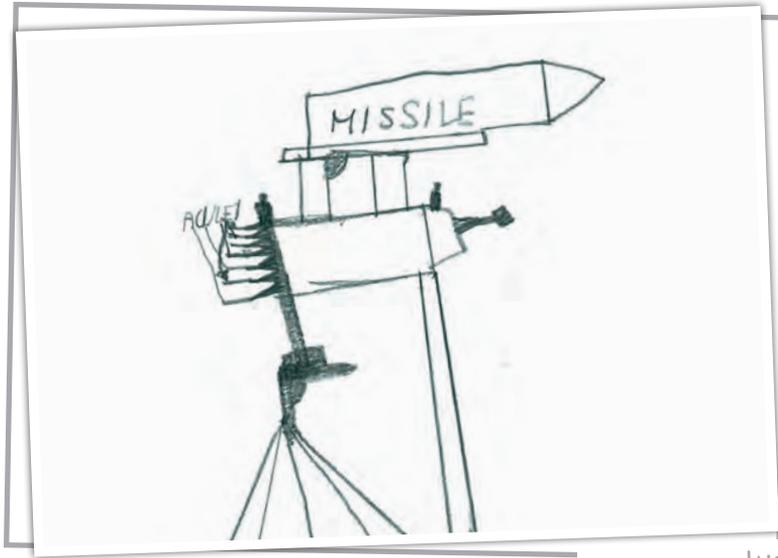
«Ho disegnato un oggetto magico che è una mazza da golf che spara anche e una telecamera che vede se arrivano gli assassini o i ladri. Quando ho paura prendo i due oggetti magici e con uno vedo se arrivano i ladri e con l'altro gli sparo e gli do le mazzate».



disegno di: MAILA

Maila

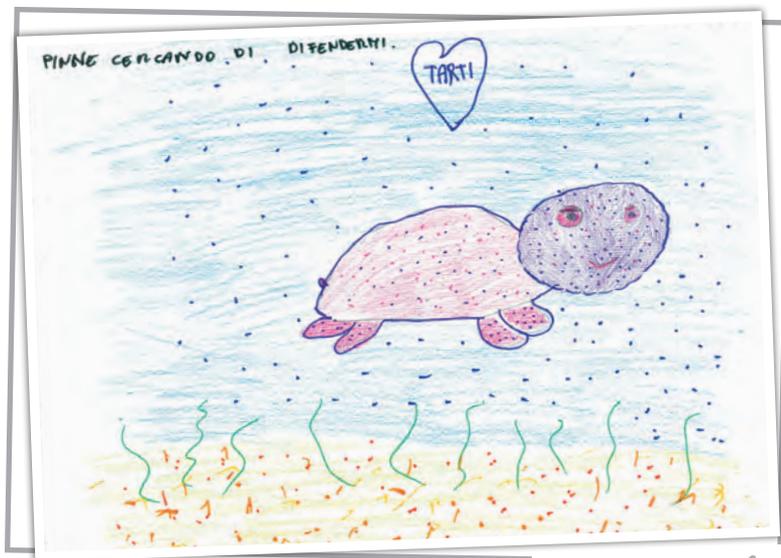
«Wendy il mio cane che può volare perché ha questo collare, poi c'è l'arma segreta che è un mini cane che ha gli occhi dolci, la gente lo guarda con tenerezza e poi lui li attacca. Ha il guinzaglio dei cani con la pistola spara cani, poi ci sono i gelati esplosivi, i razzi di scorta, il pulsante di emergenza. Quando ho paura l'oggetto spara cani e Wendy mi servono per mozzicare i cattivi, con i gelati esplosivi esplodono e poi c'è l'arma segreta che mi protegge».



disegno di: LUCA

Luca

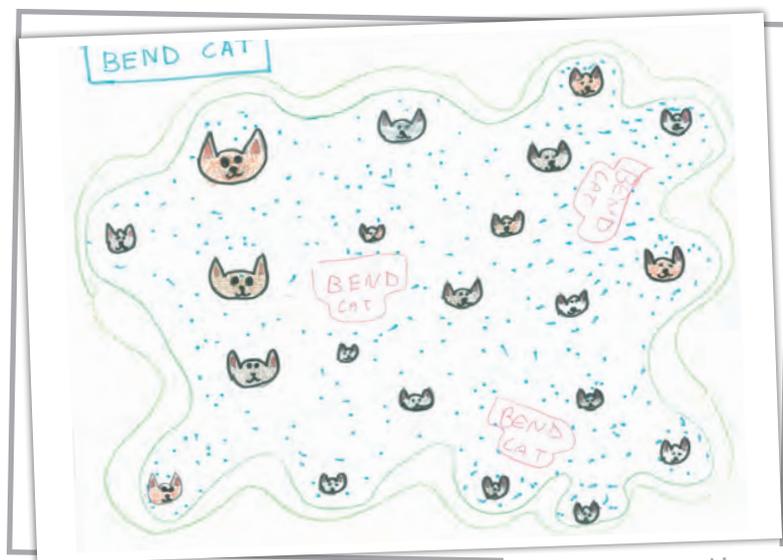
«Questa è un'arma che spara con un pulsantino gli aculei e con un grilletto i missili, poi le bombe con un altro pulsante, poi i proiettili con il grilletto di una pistola. Quando ho paura l'oggetto magico mi tiene al sicuro perché se arriva una persona che non conosco e mi vuole derubare io premo tutti i pulsanti».



disegno di: SARA

Sara

«La mia tartarughina. Quando ho paura la tartarughina sbatte sull'acqua le sue pinne cercando di difendermi.»



disegno di: MARINA

Marina

«Tutti i miei gatti, ne ho 25. Quando ho paura i miei gatti magici graffiano le persone cattive».

5^A CLASSE

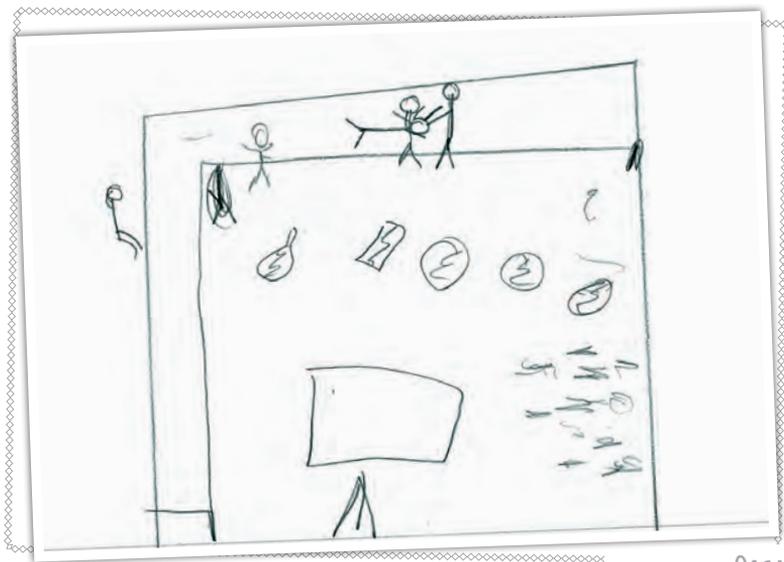
SCUOLA PRIMARIA

RICHIESTA: Ripensa al momento in cui c'è stata la scossa di terremoto, quello che ti ha colpito di più, dove eri? Con chi eri? Cosa è successo? cosa hai visto?



DISEGNA
L'IMMAGINE
CHE RICORDI

...



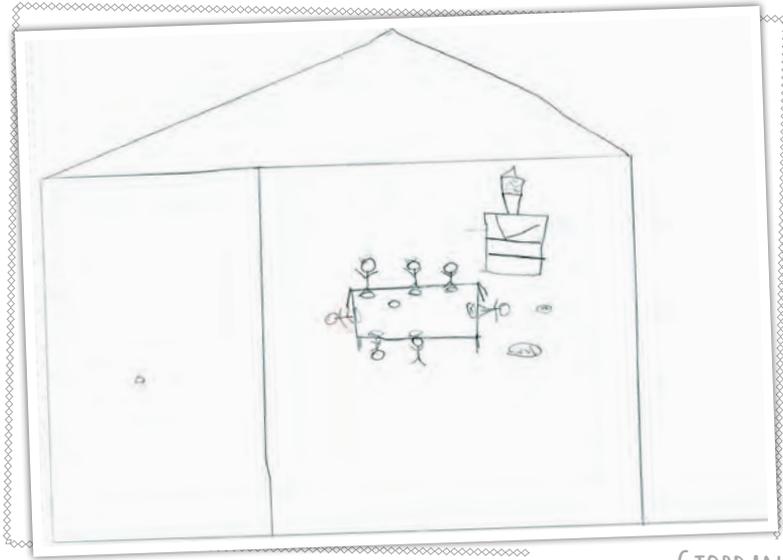
disegno di: OSCAR

Oscar

«Stavo a casa di mia zia a guardare la partita, tutto un tratto ho sentito un rumore strano e mi sono accorto che era il terremoto. Mi sono allungato dietro a mio zio e nel frattempo mio padre mi ha protetto la testa. Finita la scossa siamo usciti, mio padre, mio zio e mio nonno sono andati a prendere mia zia, mia nonna e mia mamma, e la mamma di mio zio e io stavo di fuori da solo. Sono usciti tutti piangendo, mia mamma mi ha detto: andate dentro la macchina, io non ce la facevo e sono andato dalla mia amica Aurora, dopo siamo andati tutti tranne mio zio, nonno, ecc. Fino alle 3 della notte non mi sono addormentato. La mattina dopo era tutto come prima e siamo andati a casa a Pieve Bovigliana».

Emozioni:

«**Paura** perché avevo paura che cadesse casa. **Tristezza** perché mi veniva da piangere, ero dispiaciuto. **Rabbia** perché dovevo rifare tutta casa».



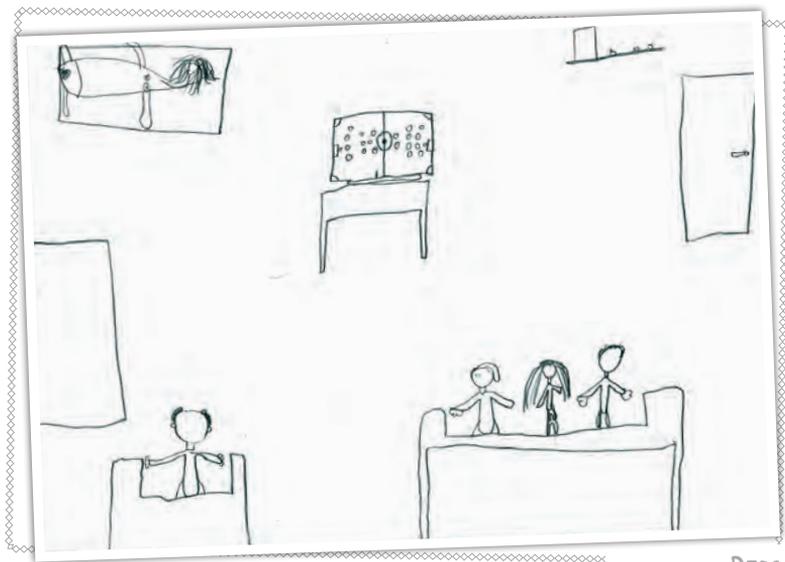
disegno di: GIORDANO

Giordano

«Il giorno del terremoto stavamo mangiando e guardando la tv e sono cascati i piatti, i bicchieri e il vino sopra il tavolo, si è sporcata tutta la tovaglia. C'eravamo: io, mio fratello, mio nonno, mia nonna, mia madre, mio padre e mio fratello più piccolo e basta. È andata via la luce, la corrente e pioveva tanto. Siamo usciti e siamo stati fino alle 5.30 svegli, poi alle 6 ci siamo addormentati (siamo rientrati in casa però al secondo piano)».

Emozioni:

«**Paura** che crollava casa, che morivamo. **Tristezza** per la mia famiglia, che morivano».



disegno di: DIEGO

Diego

«Il giorno del terremoto stavo guardando la partita della Juve con mio nonno, mia nonna, poi i genitori miei e mia sorella. Si è spenta la luce, è andata via la corrente. Poi stavamo per uscire però mia madre non ce la faceva ad aprire la porta, due secondi prima che finisse siamo usciti. Quando ballava era tutto buio e mia madre non riusciva a trovare la levetta per aprire. Poi quando siamo usciti ha fatto altre scossette, quando stava per finire mio padre è entrato dentro casa (è al 1° piano) per prendere le cose più importanti. Poi siamo stati svegli fino alle 4 facendo dei giri in macchina e poi ci siamo messi a dormire in macchina. Poi il giorno dopo siamo andati in albergo».

Emozioni:

*«**Paura** che crollasse casa. **Tristezza** perché non avevamo più casa, ho pensato solo che era crepata e mio padre ha detto che era tutta crepata».*



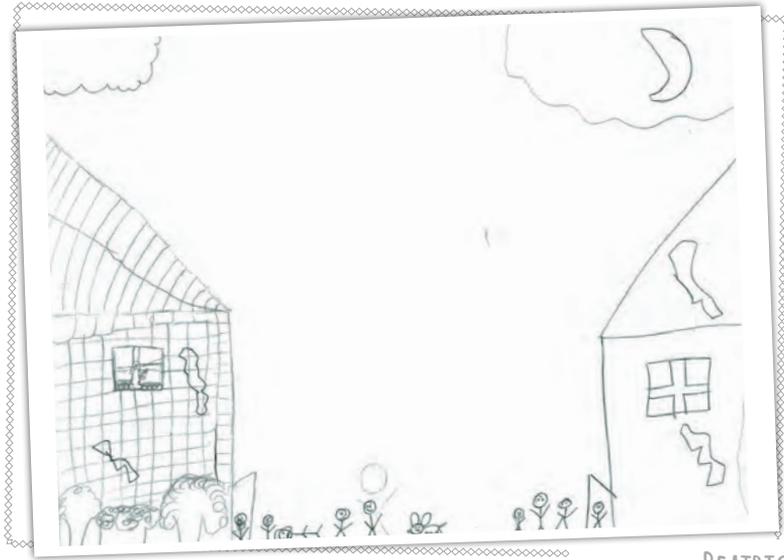
disegno di: AMANJOT

Amanjot

«Il giorno del terremoto io guardo la tv e quando c'è stato il terremoto è arrivato nonno e siamo andati dentro il container di nonno. Alle 9 è caduta la casa di nonno e anche la nostra si è rotta. Eravamo io, mia sorella, mio fratello, mia mamma e mio papà, io avevo paura e anche i miei fratelli».

Emozioni:

«Paura per il terremoto e perché si è rotta casa»



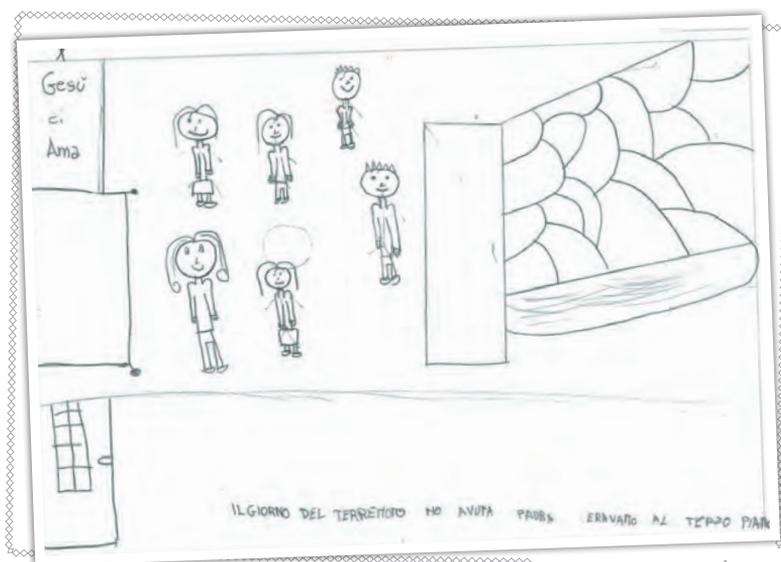
disegno di: BEATRICE

Beatrice

«Il giorno della scossa ero in casa con mia sorella e i miei genitori e anche il cane. Eravamo a cena, ad un tratto è arrivata una scossa di terremoto e quindi siamo corsi subito tutti via fuori dalla porta, ma quando siamo usciti mia mamma dalla paura è svenuta e poi la luce era andata via e la nostra casa stava per crollare. Poi siamo andati in macchina e siamo andati via».

Emozioni:

«Tristezza per mamma. Paura per la casa che cascava e per le crepe».



disegno di: AURORA

Aurora

«Il giorno del terremoto ero al terzo piano con mia mamma, mio fratello, nonno, nonna e mia cugina. Dopo 5 minuti è venuta quella delle 9, tutti urlavano dicendo: “Signore, Signore Gesù, aiutaci, aiutaci, Signore Gesù, Gesù!!!”. Dopo ha smesso subito, siamo scesi correndo dalle scale, siamo andati al parco che avevamo davanti casa, vedevamo davanti casa tutte crepe, le luci accese, da fuori si vedevano le crepe che erano aperte. Mio zio Alfio era salito sulle scale ed era andato nel balcone, mia zia ha detto a mio zio di buttare i vestiti, le scarpe, ecc. perché alcuni erano scalzi. Mentre eravamo fuori io, mia cugina Ginevra di 4 anni e mio cugino Giordano di 18 anni abbiamo vomitato, poi ci siamo addormentati tutti in macchina».

Emozioni:

«**Gioia** perché è venuto papà correndo da Ascoli. **Paura** che crollasse casa. **Tristezza** vedendo le crepe tutte aperte dentro casa. **Paura** di entrare dentro».

Benedetta

«La sera del terremoto ero dentro casa con mamma, papà, i miei fratelli e nonna. Stavamo vedendo la partita della Juventus, quando iniziò a tremare tutto. Io sono stata la prima a uscire e stavo scalza con solo i calzini. Vado subito dritta verso il cancello e mi inciampo con la zampetta del mio cane, però non si aprivano i cancelli perché erano automatici. Subito mia madre mi ha detto di scavalcare dai cancelli e io l'ho ascoltata...dopo che ero uscita era tutto buio e i miei familiari stavano ancora tutti dentro. Poi mio fratello Simone è andato a prendere le chiavi dei cancelli e il guinzaglio del mio cane. Mio padre nel frattempo è andato a portare via i vecchietti sulla casa di riposo, tra cui anche mio nonno e mia nonna».

Emozioni:

*«**Paura** perché pensavo che casa crollava e pensavo anche che morivamo».*

DISEGNO DELL'OGGETTO MAGICO PER SUPERARE LA PAURA

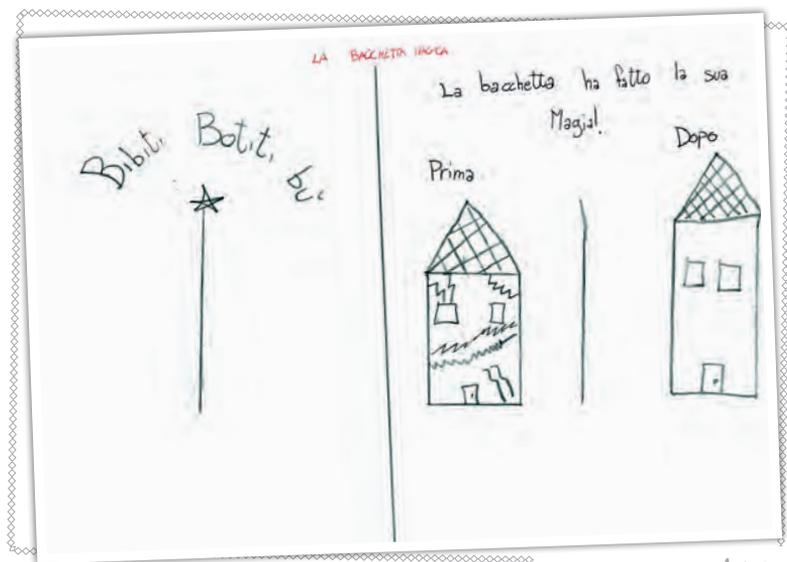
RICHIESTA: ognuno di voi immagina dentro di sé un modo per sconfiggere le proprie paure. Avete a disposizione fogli e colori con cui potete realizzare un oggetto con dei "poteri speciali" che potrete tenere con voi e che vi aiuterà per le vostre paure.



disegno di: **BENEDETTA**

Benedetta

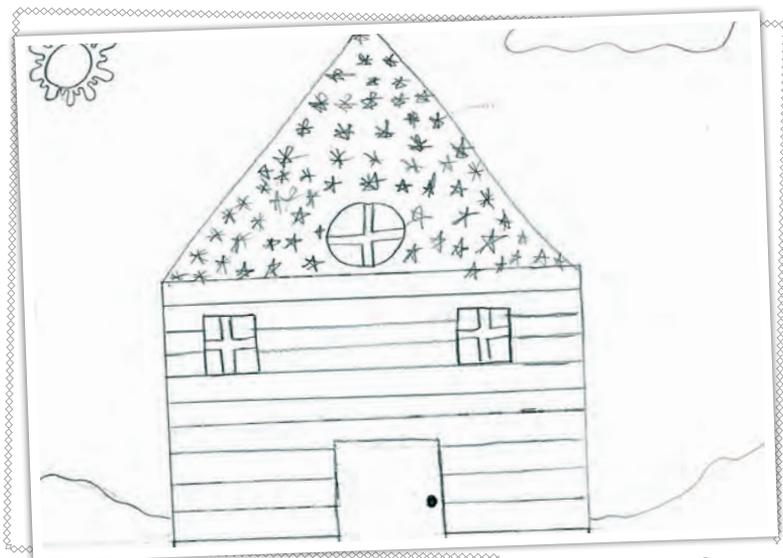
«Ira, il mio cane, quando c'è il terremoto lei mi viene sopra e mi sta vicina, quando abbaia mi avverte dell'arrivo del terremoto».



disegno di: AURORA

Aurora

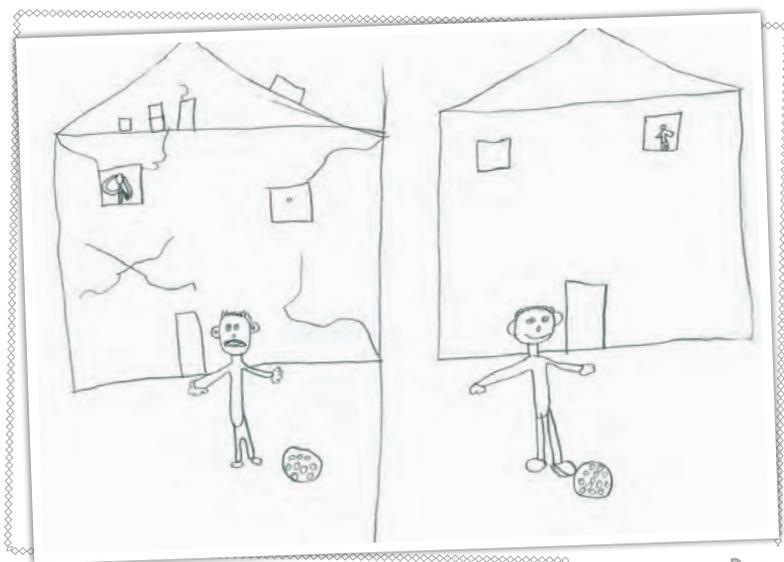
«Una bacchetta magica. Quando ho paura perché viene una scossa, la bacchetta magica non la fa sentire».



disegno di: BEATRICE

Beatrice

«Una casetta di legno. Quando ho paura del terremoto la casetta di legno mi protegge».



disegno di: DIEGO

Diego

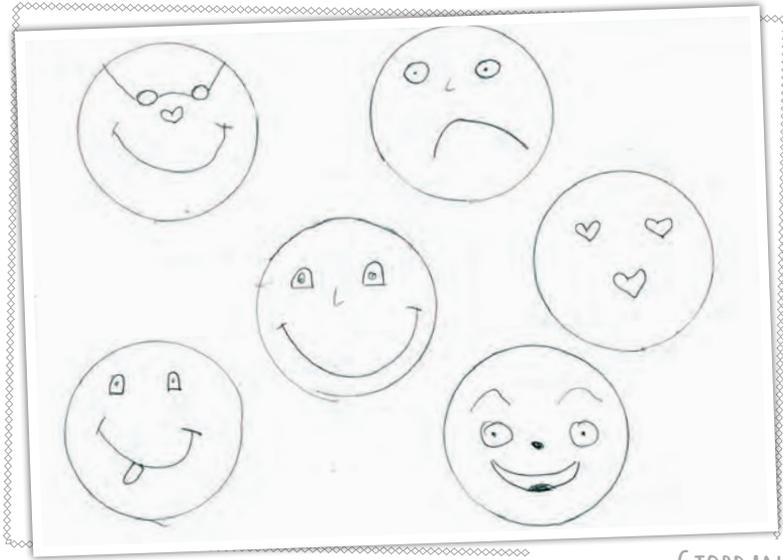
«Quando succede qualche cosa per il terremoto il pallone magico fa tornare tutto come prima, quando ho paura il pallone magico fa scomparire tutte le crepe e non si sente più il terremoto».



disegno di: AMANJOT

Amanjot

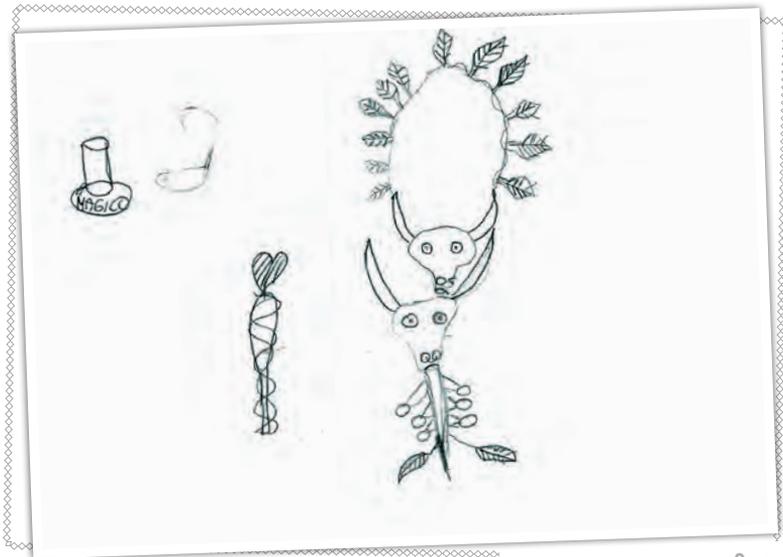
«Quando ho paura mi metto a giocare con mio fratello e non ho più paura».



disegno di: GIORDANO

Giordano

«Delle faccine. Quando ho paura se scelgo una faccina che ride non ho più paura».



disegno di: OSCAR

Oscar

«Degli scettri magici. Quando ho paura questi scettri fanno delle magie e non mi ci fanno più pensare e non ho più paura».

RIFLESSIONI CONCLUSIVE

RICHIESTA: Di quello che abbiamo fatto cosa ti è piaciuto di più?

Benedetta

«Disegnare, il gioco a terra delle emozioni e quello che abbiamo scritto».

////////////////////////////////////

Aurora

«Scegliere le emozioni dopo il disegno, disegnare, il gioco delle emozioni per terra, sul terremoto quando mi sono espressa».

////////////////////////////////////

Beatrice

«Il gioco a terra e disegnare».

////////////////////////////////////

Diego

«Disegnare, il gioco delle emozioni».

////////////////////////////////////

Amanjot

«Disegno, quello che ho scritto e il gioco a terra delle emozioni».

////////////////////////////////////

Giordano

«Il gioco a terra delle emozioni».

////////////////////////////////////

Oscar

«Il gioco per terra delle emozioni e i disegni».

1^A CLASSE

SCUOLA SECONDARIA

1° GRADO

RICHIESTA: Ripensa al momento in cui c'è stata la scossa di terremoto, quello che ti ha colpito di più, dove eri? Con chi eri? Cosa è successo? Cosa hai visto?



SCRIVI
CON PAROLE TUE
CIÒ CHE RICORDI

...



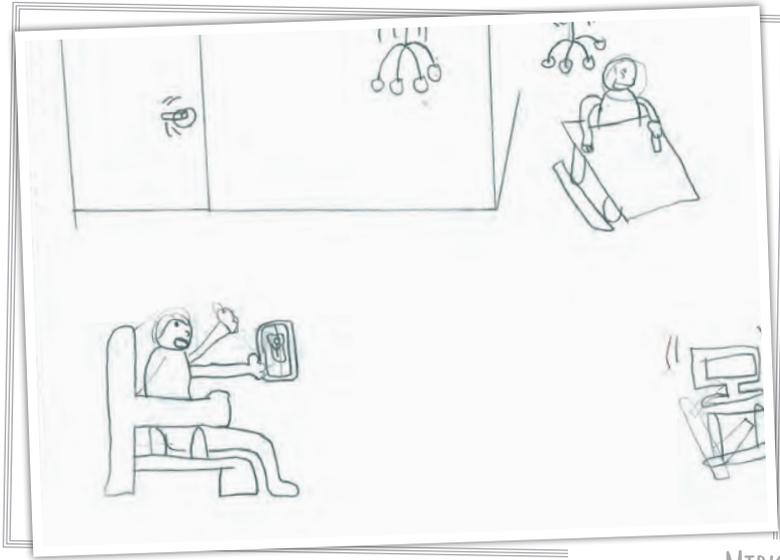
disegno di: GRETA

Greta

«Mercoledì 26 Ottobre 2016 alle ore 21.10 c'è stata la scossa e io stavo con mamma, papà e mia sorella Veronica a Monte Cavallo (un piccolo paese vicino Pieve Torina). Ero là perché dovevo andare a cena in un ristorante che si trova lì. Nel momento in cui c'è stata la scossa c'è chi stava dentro il ristorante. Era andata via la luce, dei pezzi di scogli scendevano giù (si sentiva il rumore). Da fuori dal ristorante si vedeva un polverone perché era scoppiato il muro poi la gente che stava dentro il ristorante è uscita fuori. Quel giorno è stato il più brutto della mia vita».

Emozioni:

Assente.



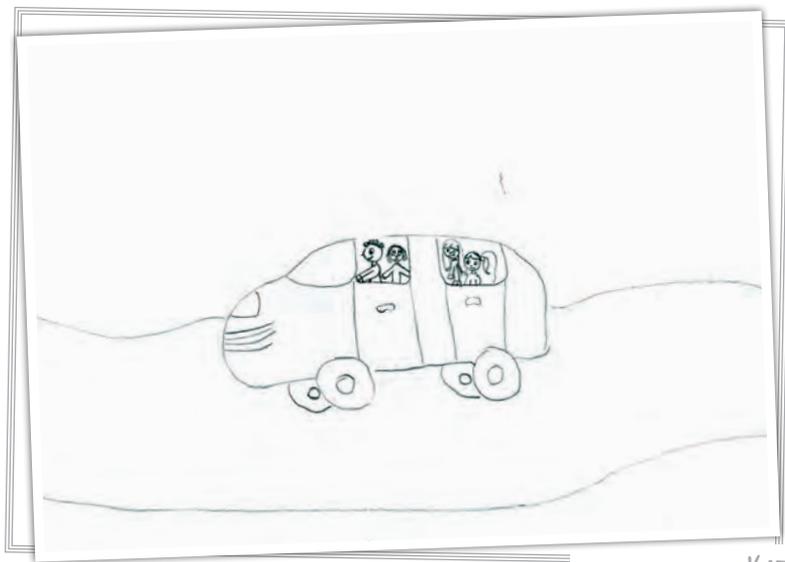
disegno di: MIRKO

Mirko

«Io, nonno, si è spenta la luce e si muoveva tutto, subito dopo siamo usciti. Quando uscimmo sembravo paralizzato e papà si è salvato per un pelo».

Emozioni:

*«**Paura** perché sulla prima stavamo dentro casa, invece quella di 6.1 nonno stava dentro casa e non sapevo cosa gli succedeva. **Rabbia** perché nella seconda scossa se mi svegliavo dopo non la sentivo, invece mi sono svegliato 5 minuti prima. **Gioia** perché sapevo che tutti stavano bene».*



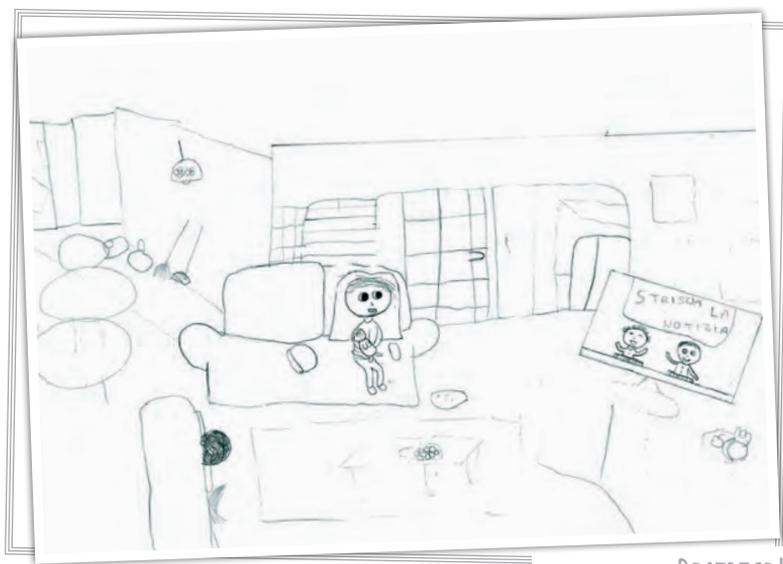
disegno di: KATY

Katy

«È stato un giorno insonne; io, mamma, papà e mia sorella eravamo andati a trovare nonno che si era sentito male, siccome era malato di cuore. Ad un certo punto sentimmo tremare...non finiva più! Allora siamo usciti dall'uscita d'emergenza ed ancora tremava e sempre più forte. Ad un certo punto sono scoppiata a piangere ed ho abbracciato papà dicendogli: "Quando finirà il terremoto?". Allora quando papà ha saputo che a Castelsantangelo sul Nera c'erano stati dei danni siamo andati subito là siccome c'erano dei suoi amici. Quando stavamo tornando da là, la macchina ha sbandato e papà credeva che avesse bucato le ruote ed invece...no! Era stato il terremoto! In quel momento avevo tanta paura perché pensavo che tutti i miei parenti fossero morti, ma per fortuna no!».

Emozioni:

*«**Paura** perché credevo che i miei parenti, siccome sono anziani, fossero morti. **Tristezza** perché pensavo che non avessi più la mia casa (com'è la tua casa? È non agibile). **Gioia** perché ho saputo che i miei parenti erano vivi».*



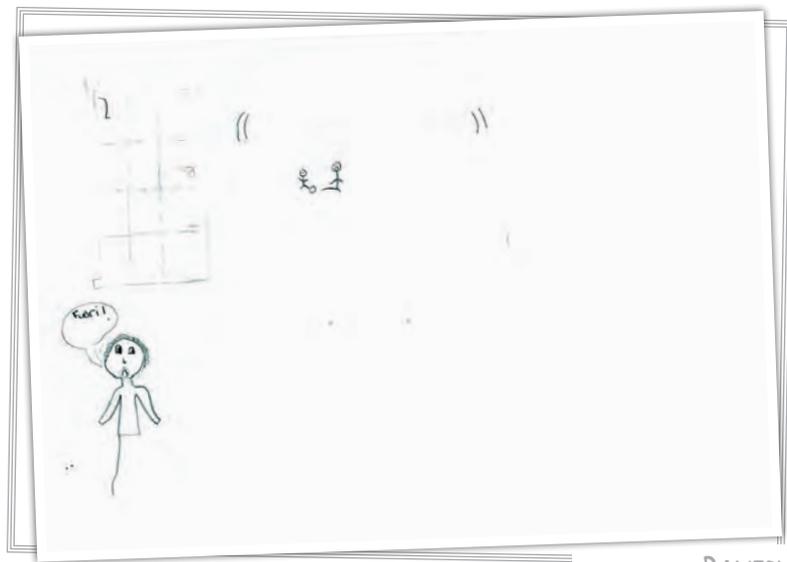
disegno di: BEATRICE L.

Beatrice L.

«Era una sera buia, piovigginava e si vedeva a malapena. Non ero ancora a conoscenza dell'incubo che stava per iniziare. Aveva smesso di piovere e aveva fatto una scossa di 5.5 gradi, io non avevo paura ma avevo fatto una previsione che poi accadde. Mi ero preparata lo zaino con cibo, acqua, giochi, tablet, ps vita, caricatori, cappello, guanti, sciarpa, cellulare, coperta. Stavo vedendo Striscia la Notizia e continuava a fare piccole scosse, ma ad un certo punto BOOM!! Era una scossa di magnitudo 6.0, non riuscivo ad uscire perché non riuscivo a camminare, vedevo le cose cadere, poi andò via la luce e rimasi un po' bloccata dietro la porta. Mi cadevano le cose addosso e avevo in braccio il gatto! Lo buttai fuori per salvarlo visto che la porta era aperta, ma poi riuscii ad uscire verso la fine della scossa».

Emozioni:

*«**Paura** che morissero i miei compagni e tutti i miei famigliari. **Rabbia** per la scossa. **Gioia** perché ho salvato il gatto e ho saputo che erano tutti vivi. **Disgusto** perché non ne potevo più».*



disegno di: DANIELA

Daniela

«La sera del terremoto dopo la scossa delle 19, io e la mia famiglia stavamo dentro casa per prendere i pigiama e i cuscini per dormire a casa di mia nonna perché lei ha i letti vicinissimi alla porta. Mamma stava finendo di scendere le scale con i pigiama e i cuscini quando mio padre era fuori e un secondo dopo averlo detto viene il terremoto. Mio padre e mia sorella sono usciti per primi, dopo essere uscita sento un rumore forte. In mezzo alla polvere vedo la capanna e una parte di casa cascata. La cosa che io e mia sorella e mio padre abbiamo pensato era che mia madre era morta perché non la vedevamo, invece era rimasta dentro. Dopo che mamma era uscita, papà ha preso la macchina e quella sera abbiamo dormito lì».

Emozioni:

*«**Paura** perché credevo che mamma rimaneva sotto le macerie della capanna. **Tristezza** perché è cascata sia la capanna (dove teniamo la legna) che casa».*



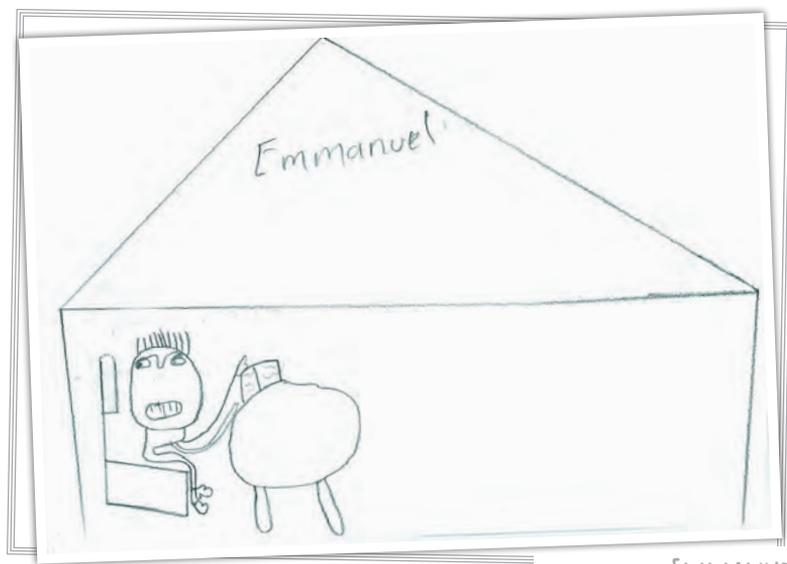
disegno di: NICOLE

Nicole

«Nel momento della scossa io ero nel mio soggiorno e stavo giocando con il tablet, mentre mamma era al bagno, papà non c'era visto che era andato a Visso a vedere come stavano nonna, zio, zia e le mie cugine perché non rispondevano al telefono. Nonna e nonno erano di sotto e zia a Matelica. Quando ho sentito un rombo improvviso, ho sentito il divano che si muoveva, così ho lasciato il tablet e mi sono alzata in piedi. È andata via la luce ed io e mamma abbiamo aspettato che tutto finisse prima di uscire, perché scendere le scale non era sicuro. Sentivo nonna che ci chiamava e ho provato molta paura. Dopo siamo usciti, nonna era super scossa, mamma era spaventata, mentre io e nonno eravamo calmi, ma sempre un po' preoccupati. Abbiamo passato il resto della notte in macchina».

Emozioni:

«**Paura** perché pensavo che crollava casa e poi perché papà non c'era che stava con nonna quell'altra e quindi mi ero spaventato anche per loro. **Gioia** perché dopo quando li abbiamo chiamati abbiamo saputo che stavano bene».



disegno di: EMMANUEL

Emmanuel

«Mi ricordo che stavo studiando antologia, dopo quando ho sentito la scossa sono sceso giù perché abito in un palazzo, dopo qualche minuto sono andato sopra e mi sono messo a studiare. La sera c'è stata un'altra scossa e mia sorella era appena uscita dall'ascensore, all'altra mia sorella le sono caduti i bicchieri addosso, loro si sono messe a piangere ma io no. Dopo siamo andati in macchina e abbiamo dormito lì dentro fino alla mattina. Poi siamo andati a Porto Sant'Elpidio con i miei, con mio zio e mia zia.

Emozioni:

*«**Paura** che moriva qualcuno o restava ferito sotto la casa, di perdere gli amici. Dopo ho provato **gioia** perché ho trovato alcuni amici che stavano tutti bene grazie a Dio».*



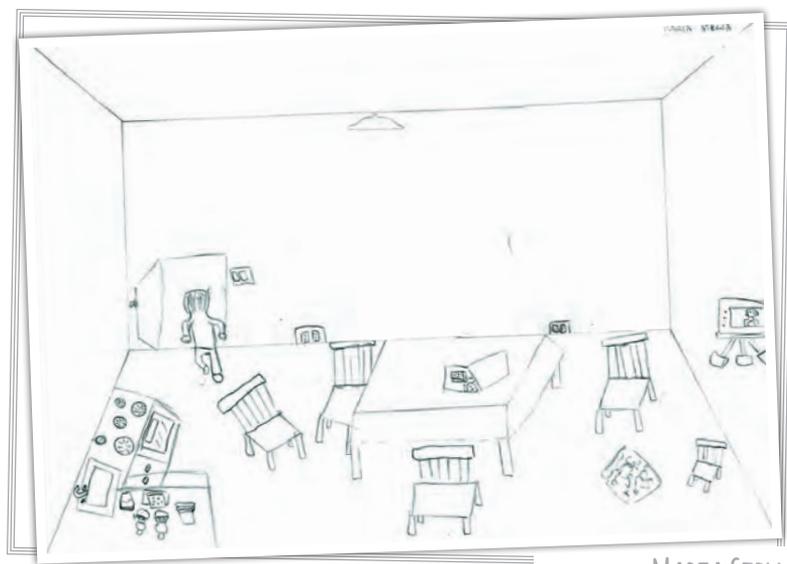
disegno di: JACOPO

Jacopo

«Era mattina, mio fratello dormiva, mentre io e mia mamma eravamo svegli. Io stavo seduto sul divano in pigiama, mentre mia madre stava in camera sua a svolgere il suo lavoro. Dopo 1 ora o mezzora circa arrivò la scossa, io andai sotto un pilastro che stava prima dell'entrata della sala, mentre mia mamma e mio fratello andarono sotto la porta, iniziammo a pregare che smetta, finita la scossa io mi misi di corsa le scarpe, la giacca e filai giù dalle scale, invece mia mamma e Tommaso prima si vestirono e presero i vestiti per me poi mi raggiunsero; andai in macchina per vestirmi. Infine restammo in piazza a fare colazione».

Emozioni:

«**Paurosa** perché pensavo che crollava la casa. **Gioia** perché non è successo niente e ho saputo che tutti stavano bene».



disegno di: MARIA STELLA

Maria Stella

«Il 26 Ottobre alle ore 19.20 stavo mangiando la pizza che babbo era andato a prendere e ci siamo messi nel piano di sotto a casa di nonna, mamma in quell'istante stava parlando al telefono con una mia zia e io, Claudio e Luca, i miei 2 fratelli, e babbo stavamo litigando perché io e i 2 fratelli e mamma volevamo andare a dormire sul letto mentre babbo sul camino, dopo 2 secondi è venuto il terremoto e ci siamo messi d'accordo. Quando stavamo uscendo sentivo scricchiolii e pietre che cascavano e io pensavo che casa sarebbe crollata ma invece erano i mattoni del comignolo della casa dall'altra parte della strada. Ogni scossa sentivo come il rumore di una botta ma molto forte e poi tremava tutto e come se non bastasse cominciò a piovere noi 3 ci siamo messi a dormire dentro la macchina e poi dopo un po' sono montati dentro la macchina i miei genitori e siamo andati dietro le case di color rosso e giallo. La mattina dopo siamo andati a fare colazione a Tolentino e poi la sera siamo andati a Roma e Babbo era rimasto a Pieve Torina perché doveva lavorare, però dopo una decina di giorni siamo tornati e siamo andati a Porto Sant'Elpidio in una casa in affitto».

Emozioni:

«**Paura** perché avevo paura che casa cascava e che saremmo rimasti sotto le macerie e che il terremoto non finisse. **Gioia** perché sapevo che non c'erano state vittime e che i miei compagni e la mia famiglia stavano bene. **Tristezza** perché sapevo che Pieve Torina aveva subito danni e che la maggior parte delle persone sarebbe andata via e non sarebbe tornata più».



disegno di: BEATRICE M.

Beatrice M.

«Quella sera ero a casa di mia zia con papà perché mamma lavorava: papà, mia zia e mio zio guardavano il TG, io stavo giocando con il mio tablet e mio cugino guardava cose sul suo cellulare. All'improvviso trema tutto e io e i miei parenti scappiamo. All'inizio tremava leggermente, poi tremò fortissimo. Io per la paura abbracciavo mio padre con il cuore che mi batteva all'impazzata, avevo paura per me, la mia casa, le altre case, per i miei parenti, per la mia scuola, per la mia mamma. Avevo paura che stessimo per morire. Urlavo con tutta la mia forza ed ero in lacrime. Non sono riuscita a vedere i danni della casa di mia zia, però ho visto molte crepe».

Emozioni:

«**Tristezza** perché ero triste che dovevo lasciare tutto. **Paura** perché avevo paura che qualcuno si fosse fatto male. **Rabbia** perché non ne potevo più del terremoto».



disegno di: CARMELO

Carmelo

«Ero seduto sulla sedia e sentivo tremare tutto, sono andato subito verso la porta e all'improvviso si spegne la luce e sentivo tanta paura, ma non solo per me anche per i miei familiari, appena era finita la scossa stavamo decidendo se andare giù per le scale, perché avevamo paura che potessero cadere. Scendendo le scale velocemente la mia famiglia e tutto il vicinato eravamo andati sulla strada e ancora sentivamo delle scosse e vedevo tutta la mia famiglia piangere. La notte abbiamo dormito in macchina e mi sono svegliato vedendo tutta Pieve Torina. Dopo 3 giorni siamo andati a Porto Sant'Elpidio e adesso abbiamo preso delle casette qui a Pieve Torina».

Emozioni:

Assente.

Michela

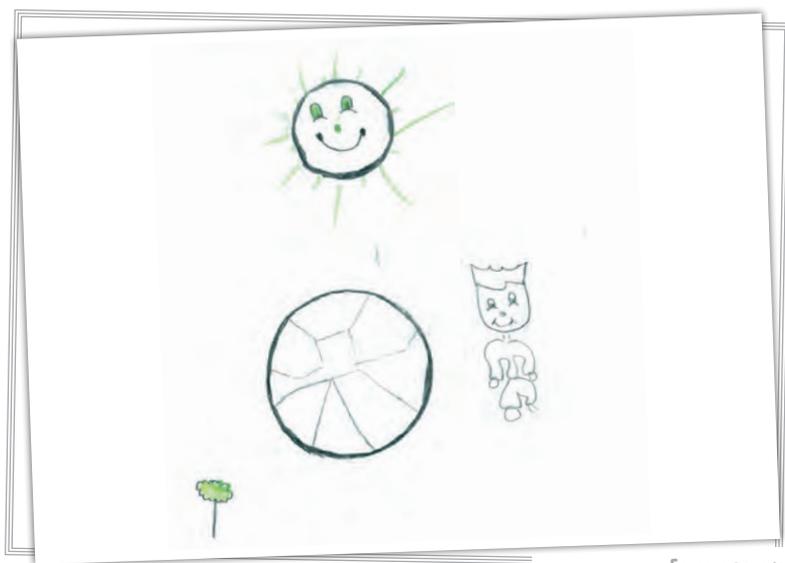
«Nel momento della scossa ero dentro casa di mio zio, stavamo per fare cena quando ad un tratto inizia tutto a tremare, noi di corsa ci siamo messi sotto ad una porta con il muro molto spesso, finito di tremare siamo scesi e siamo scappati, dopo siamo andati al bar per prendere qualcosa per farci calmare, ma io non riuscivo a mangiare niente dalla paura. Poi la notte ci siamo accampati in macchina, io, mamma e papà, invece nonna, Ciro, Alessandra, zio nel furgone. Abbiamo dormito 3 notti in macchina ma era scomodo quindi siamo andati all’Holiday Inn e appunto io, quando vado a scuola, parto con mamma e papà alle 6:00 della mattina. Fortunatamente nessuno si è fatto male però noi lì all’Holiday siamo tranquilli ed al sicuro. Ora però ho ancora paura che succeda perché a Pieve Torina fanno le scosse forti».

Emozioni:

*«**Paura** perché stavamo dentro una casa che era abbastanza vecchia quindi avevo paura che qualcuno si facesse male. **Tristezza** perché non volevo perdere la mia casa. **Rabbia** perché non ce la facevo più a sopportare il terremoto».*

DISEGNO DELL'OGGETTO MAGICO PER SUPERARE LA PAURA

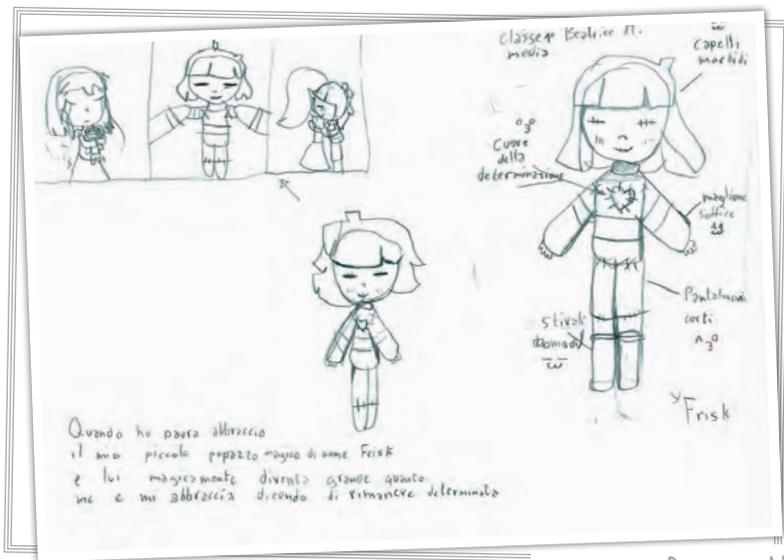
RICHIESTA: ognuno di voi immagini dentro di sé un modo per sconfiggere le proprie paure. Avete a disposizione fogli e colori con cui potete realizzare un oggetto con dei "poteri speciali" che potrete tenere con voi e che vi aiuterà per le vostre paure.



disegno di: EMMANUEL

Emmanuel

«Quando gioco a pallone mi scordo tutto e passa la paura».



disegno di: BEATRICE M.

Beatrice M.

«Quando ho paura abbraccio il mio piccolo pupazzo magico di nome Frisk e lui magicamente diventa grande quanto me e mi abbraccia dicendo di rimanere determinata».



disegno di: MARIA STELLA

Maria Stella

«Quando ho paura...il quadro della famiglia di Cri Croc mi fa ripensare ai momenti belli passati con la mia famiglia e non ho più paura».



disegno di: JACOPO

Jacopo

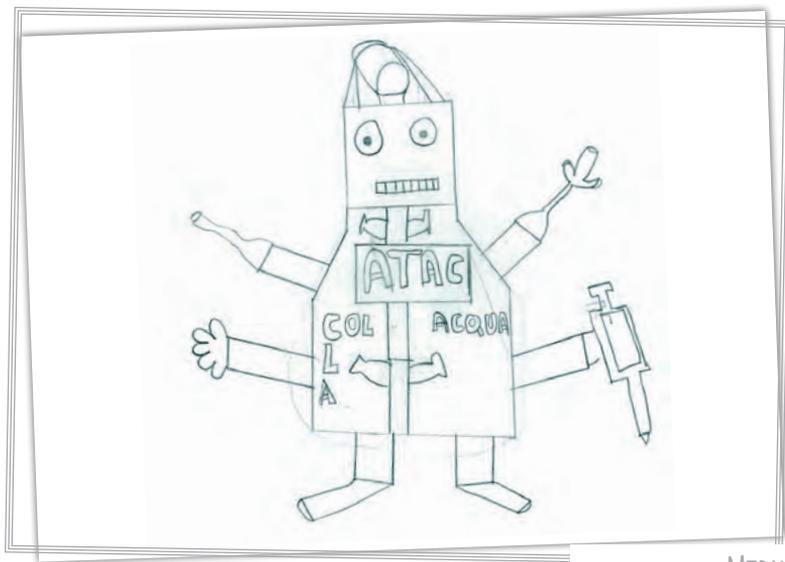
«Quando ho paura questa armatura mi infonde molto coraggio».



disegno di: DANIELA

Daniela

«Quando ho paura sto con i miei animali infatti quando li coccolo o ci gioco mi dimentico le cose brutte che mi circondano».



disegno di: MIRKO

Mirko

«Quando ho paura guardo la colla che mi fa pensare che il terremoto si possa incollare».



disegno di: NICOLE

Nicole

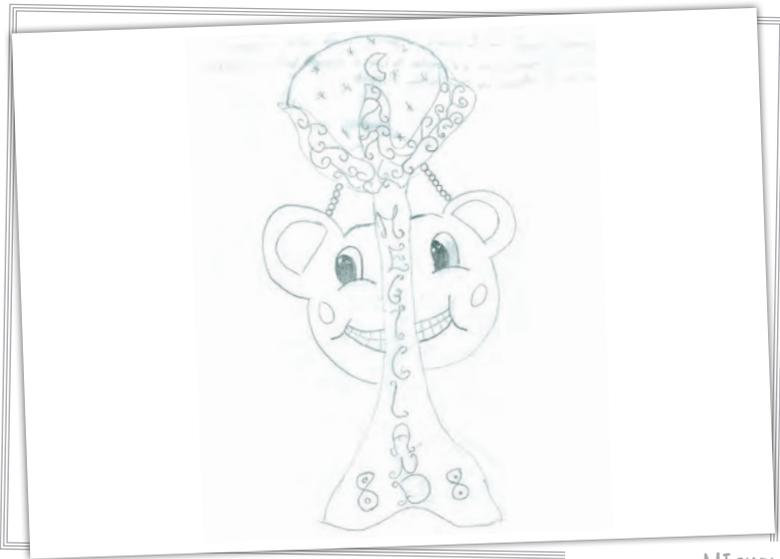
«Quando ho paura il mio animale mi abbraccia e mi da la cioccolata, mi aiuta e mi fa ridere».



disegno di: **KATY**

Katy

«Quando ho paura i miei animali mi calmano e me la fanno sparire».



disegno di: **MICHELA**

Michela

«Questo oggetto mi fa passare la paura facendo volar in aria le stelle, la neve, e poi c'è anche la luna, e quando brilla il pupazzo se io gli chiedo una cosa lui mi risponde».



disegno di: **LUCREZIA**

Lucrezia

«Quando ho paura guardo la mia sfera di Natale e ai bei momenti che ho passato in quel periodo».

RIFLESSIONI CONCLUSIVE

(IN CERCHIO TUTTI ABBRACCIATI)

RICHIESTA: Alla fine del lavoro esprimi, con una parola o una frase, a cosa ti è stata utile questa esperienza.

Emmanuel

«Un bel ricordo che mi sono tanto divertito con voi. Questa esperienza mi è piaciuta...scordare che c'è stato il terremoto».

////////////////////////////////////

Beatrice L.

«Ho scoperto più cose su alcune persone della nostra classe, mi ha fatto piacere conoscere voi volontarie e in più mi è piaciuto disegnare per ricordarmi alcune cose della mia casa».

////////////////////////////////////

Beatrice M.

«Ho imparato a ricordarmi del terremoto senza piangerci su».

////////////////////////////////////

Lucrezia (è stata trasferita in un'altra scuola)

«Ho avuto l'occasione di sapere come stavano i miei compagni».

////////////////////////////////////

Michela

«Ho scoperto molte cose sugli amici e adesso non è che ci penso proprio più al terremoto!».

////////////////////////////////////

Nicole

«Mi sono divertita e ho imparato come pensare al terremoto... senza paura».

//

Maria Stella

«Io mi sono liberata da tutte le paure e i pensieri che avevo sul terremoto e mi è piaciuto molto conoscere queste nuove persone e passare, anche se sono poche, delle ore con loro. Mi ha aiutato a superare la paura di quello che dice la gente di me e a essere meno timida».

//

Beatrice

«Insieme».

//

Mirko

«Aiuto morale... perché possiamo passare sopra a questa brutta esperienza ridendoci».

//

Jacopo

«È stato molto bello e mi ha aiutato un po' a superare la paura di parlare in pubblico».

//

Daniela

«Mi ha aiutato a essere meno timida».

//

Katy

«Lo stare insieme e scoprire nuove cose sui miei compagni».

//

Beatrice L.

«Mi sono liberata da quello che pensavo, mi è servito sia per sapere i sentimenti degli altri e per esporre le mie emozioni».



Lucrezia

«Mi è servito perché adesso sto iniziando a controllare le emozioni quando parlo del terremoto».

2^A CLASSE

SCUOLA SECONDARIA

1° GRADO

RICHIESTA: Ripensa al momento in cui c'è stata la scossa di terremoto, quello che ti ha colpito di più, dove eri? Con chi eri? Cosa è successo? Cosa hai visto?



SCRIVI
CON PAROLE TUE
CIÒ CHE RICORDI

...

Marina

«Quando è avvenuta la scossa del 30, io stavo ancora dormendo, fino a quando ho sentito il boato del terremoto, così mi sono svegliata e con la mia famiglia abbiamo aspettato che finisse, poi siamo usciti dalla casetta di legno e abbiamo aspettato un po' fuori. Durante la scossa io ho provato molta paura. Ripensando alla scossa dei giorni precedenti delle ore 21:00, dove mi trovavo sola con mio fratello e mio nonno, poi poco dopo è andata via la luce e così abbiamo atteso che i miei genitori venissero da noi. In seguito abbiamo aspettato che i miei zii venissero da noi per stare tutti insieme. Ma la cosa che mi ha reso felice è che la mia famiglia composta da 12 persone era salva». (Paese: Torricchio)

Emozioni:

«**Tristezza** perché c'erano persone che potevano stare peggio di me. **Gioia** perché eravamo tutti salvi. **Paura** perché è un'esperienza che non avevo mai vissuto».

////////////////////////////////////

Andrea

«Ero a casa, avevo appena finito di fare cena. Dicevo a mio padre che volevo dormire in macchina, non mi sentivo sicuro a passare la notte dentro casa. Appena avevo finito di parlare si scatenò l'apocalisse, mio padre urlò: SOTTO IL MURO PORTANTE! Saltò la corrente e ad illuminarci il finimondo era il telefono di mio fratello. Io non dissi niente, non riuscivo neanche a provare emozioni, speravo soltanto che finisse. La nostra casa sembrava come un castello di carte, pronto a crollare. Se siamo sopravvissuti è solo per volontà di Dio. Pieve Bovigliana non esiste più...».

Emozioni:

«**Tristezza** perché già prima c'era poca gente...adesso non c'è più nessuno, è diventato un paese fantasma. **Paura** perché entrando dentro casa con i vigili del fuoco vedo tutte crepe gigantesche sul muro e spero che casa non mi crolli addosso».

////////////////////////////////////

Elisa

«Mi trovavo in casa alla prima scossa stavo cenando con mamma e papà, alla seconda stavo con mamma a vedere la TV in casa e papà stava dormendo. Alla seconda scossa siamo andati in macchina e siamo andati via dal mio paese, Fiume, e con me era venuta anche mia cugina e siamo andati al motel a Maddalena, poi lì ci ha raggiunto mia sorella e il fidanzato e siamo rimasti fino a mezzanotte lì, poi sono tornata nel mio paese e siamo andati vicino alle cucce dei cani di papà e ci siamo messi a dormire lì in macchina, poi siamo andati alla casetta di legno di mio zio. Abbiamo provato molta paura e pensiero per la nostra casa, perché pensavamo che cascasse, ma fortuna non è successo, ma le case intorno sono pericolanti, soprattutto la chiesa, la casa accanto, la casa di fronte alla nostra e alcune di quelle nei vicoli, è stata una esperienza bruttissima. Ora sto sulla casetta di legno di mio zio».

Emozioni:

«**Paura** perché non l'avevo sentito mai il terremoto. **Tristezza** anche per gli amici che pensavo...che per fortuna adesso stanno bene».

////////////////////////////////////

Asya

«Mi trovo nell'appartamento di mia zia, c'erano mia cugina, mio zio, mia zia e altri amici di mia zia e lo zio di Azzurra. Nell'altro appartamento (casa mia) c'erano mio padre, mia madre e mia nonna. Ad un tratto vedo tutti correre verso la porta aperta, vedo mio papà che corre per venirmi a prendere, ci fermiamo sul pianerottolo delle scale dove ci raggiunsero anche alcuni nostri amici che vivono sopra casa mia, casa sembrava che cascasse, ad un tratto va via la luce mentre ancora tremava, finita la scossa da 6.1 delle 9:30 usciamo da casa e ritroviamo un caos, eravamo circondati da palazzi, ci avvicinammo alla piazza dove c'erano tante persone che urlavano, la chiesa era tutta rotta, mio zio doveva recuperare le chiavi, è andato su tre volte e tornava giù sempre più agitato, era bianco e poco sveniva. Presa la macchina siamo andati ai campi da tennis dove abbiamo trascorso la notte, dormimmo in macchina, il giorno dopo ho incontrato i miei amici stanno tutti bene e questo mi tranquillizzò. Ora alloggjo in un hotel, aspettando i container e le cassette di legno che però arriveranno ad Aprile».

Emozioni:

«**Tristezza** perché pensavo anche ai nonni che stavano giù a casa loro e anche perché mamma e papà stavano in un altro appartamento vicino a quello degli zii. **Paura** perché eravamo rimasti sulle scale, una ventina di persone sul pianerottolo però anche **gioia** perché il giorno dopo siamo andati a una riunione e ho rivisto quasi tutti i miei amici».

////////////////////////////////////

Lorenzo

«Ero al bar con i miei genitori e i miei fratelli, fino a quando non venne la scossa forte, noi siamo usciti di colpo ma mia madre non riusciva ad uscire perché i pavimenti si spaccarono, allora mio padre la afferrò la tirò fuori noi salimmo in macchina e mio padre ci portò via di lì. Quando siamo arrivati sotto casa io non riuscivo a vedere niente perché le case affianco cominciarono a crollare o facevano molta polvere, mia madre chiamò il 118 visto che mia nonna non può muoversi e quindi rimase intrappolata in casa. Io tenevo sempre stretto mio fratello di 4 anni, lui piangeva molto e io non ci stavo capendo più niente perché si sentiva ancora rumore delle case crollare. Io e mio padre siamo andati alla casa di riposo visto che lì c'era l'ambulanza e mio padre ci disse che la suocera era rimasta dentro casa, insiste molte volte ma loro dissero di aspettare. Ormai erano le 2:00 di notte e arrivò l'ambulanza, dopo circa un quarto d'ora la tirarono fuori e la portarono via. Io trascorsi la notte sulla macchina di un'amica di mamma insieme a mio fratello più piccolo, invece i miei genitori e mio fratello più grande trascorsero la notte nel furgone».

Emozioni:

*«**Paurosa** perché mia nonna era rimasta dentro casa e **gioia** perché poi l'hanno tirata fuori».*

////////////////////////////////////

Zeno

«Ero a cena vedendo la partita della Juve in una sera piovosa del 26 ottobre 2016. C'era stata già la scossa delle 19:45 però a casa non gli aveva fatto nulla quindi noi siamo rientrati a cenare in fretta e poi per quella sera dormivamo in macchina. Stavo seduto sul tavolo della cucina vicino a mio fratello, quando all'improvviso andò via la luce e comincio a tremare tutto. Io mi sono messo sotto al tavolo e mi abbracciavo con mio fratello mentre vedevo tutti i cocci per terra e polvere... sono stati momenti orribili e terrificanti però fortunatamente il solaio della cucina ha tenuto e noi tutti e dodici i componenti della mia famiglia ci eravamo riuniti dopo la prima scossa ci siamo salvati. Mio nonno ha quasi 80 anni e porta l'ossigeno e fortunatamente è riuscito al buio a trovare la porta di casa e ad uscire scalzo. Mia zia ha il Parkinson e anche per lei è stata una cosa difficile uscire. Io appena sono uscito piangevo e pensavo che era finito tutto, tutto è rimasto sotto quella casa che aveva fatto nonno con le sue mani ed era sicura anche perché ha resistito a tutti i terremoti precedenti. Poi ho pensato alla vita di tutte le mie persone care: i parenti, gli amici ecc. Fuori non si vedeva niente perché i lampioni sono tutti crollati insieme alle case nel mio paese Casavecchia Alta, solo qualcosa con la torcia

del telefono e vedevamo tutto crollato: casa, i garage, i magazzini e poi sentivamo le voci dei vicini che erano rimasti bloccati. Le strade erano percorribili solo a piedi e noi siamo rimasti quasi due giorni dentro le macchine soli davanti casa. Le prime persone che abbiamo visto erano il Sindaco e il Maresciallo che sono venuti a vedere la situazione che era a dir poco tragica! L'unica consolazione era che tutta la mia famiglia e tutti i colpiti dal terremoto sono vivi. Ora io sono la notte in un camper e il giorno in una casetta di legno di un nostro amico e piano piano proviamo a ripartire ma quella notte, lo dico con piena sincerità, abbiamo ricevuto veramente una grazia del Signore!!!».

Emozioni:

*«**Paura**, io stavo sotto il tavolo, ma paura per chi stava fuori dal tavolo. **Tristezza** perché quando sono uscito ho visto tutto crollato, anche un po' di **gioia** quando sulla radio ho sentito che non c'erano stati morti».*

////////////////////////////////////

Francesco

«Io stavo a casa con la mia famiglia a cena alle 9:30 e all'improvviso una scossa di magnitudo 6.0 con l'epicentro Preci Norcia ci ha fatto uscire di casa di corsa per metterci in salvo. Io abito in via Scolari a Pievetorina. La Via Scolari era si può dire la via più frequentata da tutti. Via Scolari è una via lunga 1060 m e circondata da palazzi e da case alte e per questo grazie al terremoto è la via più pericolosa di tutta Pievetorina. La mia casa si trova davanti a un casermone vecchio in pietra e alto tre piani. Io e la mia famiglia siamo usciti in fretta e ci siamo ritrovati circondati da tutte queste case noi siamo stati fermi aspettando la fine del terremoto urlando e chiamando gli altri vicini di casa. Alla fine ci siamo salvati per nostra fortuna però la paura è stata tantissima. Dopo la scossa siamo andati per dieci minuti alla Camilluccia. La Camilluccia è dove adesso ci sono i vigili e la mensa. Dopo questi dieci minuti siamo andati a vedere i nostri parenti da mia zia e lì tutti piangevano. Io ho una zia che abita a Visso e noi l'abbiamo chiamata subito ma per fortuna tutti erano salvi. Questa esperienza è stata bruttissima però abbiamo saputo che cos'è il terremoto».

Emozioni:

*«**Paura** perché è andata via la luce e sentivamo che crollava tutto, i muri... il muro del casermone davanti casa mia e sulle case vicino a me...c'era tutta polvere».*

////////////////////////////////////

Sabrina

«Nel momento della scossa delle 21:30 del 26 ottobre mi trovavo appoggiata alla cucina, mi guardavo con mamma e papà, mamma vicino la porta, papà verso il camino. Ho sentito il boato e subito dopo la terra che tremava. Ebbi quindi la certezza che si trattava del terremoto. Mi precipitai all'istante verso la porta. Sentivo che tutto si sgretolava e qualcosa cascarmi da tutte le parti. Mi pare di avere mamma davanti, papà dietro. Un masso era caduto a terra e calcinacci sopra il capo che racchiudeva le emozioni più buie. Vedevo tremare. Papà mise i piedi fuori l'uscio del portone, sentii toccarmi la schiena. Feci qualche passo tra le pozzanghere e le gocce di pioggia. Tenevo le mani ai miei genitori, abbracciando mamma, papà e chiedevo di nonni e zia che erano rimasti al piano di sopra. Non li sentivo. Era andata via la luce e le vetrate di sopra si spaccavano, mi sembrava che i vetri si fossero rotti. Pregavo che tutto non fosse vero. Mi resi conto della gravità della cosa. Mamma mi trascinò sin giù al cancello d'entrata. Tutto ancora tremava. La luce arrivò secondi dopo. Prima di questo papà disse che la casa accanto era crollata e chiamava nonno. Mentre noi due ci avviavamo al cancello, lui prese le scale e andò di sopra. Prese in braccio mia zia che è disabile. Nonno urlava che si era tolta una porta e sentii nonna urlare un po'. Li vidi tutti e il mio cuore sembrò rianimarsi a tal punto da scoppiare. Andammo nel garage interrato e io cercai di fare del mio meglio per consolare e darmi forza. Non avevamo più una casa, non riuscivo a capire... poco prima di arrivare in garage vedemmo i danni. Ci abbracciammo tutti quando fummo al sicuro e quando vidi Eva, la mia nipotina che ha quasi due anni... sapevo che avevo un valido motivo per andare avanti...per aiutare la mia famiglia con affetto e sincerità. Già va meglio, ricominciamo con i sacrifici che la vita ci impone. Aiuterò chi avrà bisogno, i miei familiari, perché siamo una famiglia: l'amore ci tiene uniti ed è così che si fa. Uniti per sempre». (Paese: Pieve Torina)

Emozioni:

«**Tristezza** perché casa è stata il sacrificio di una vita, c'hanno lavorato un po' tutti e poi perché io e mio fratello abbiamo trascorso l'infanzia lì. **Paura** perché comunque... c'è andata bene perché con i lavori del '97 casa non è crollata, è riuscita a tenersi in piedi. **Gioia** perché eravamo tutti salvi e tutte le persone che conoscevo stavano tutte bene».

Zeno

«È stata una bella opportunità per parlare insieme di quello che è successo».



Lorenzo

«Mi sono sfogato».

3^A CLASSE

SCUOLA SECONDARIA

1° GRADO

RICHIESTA: Ripensa al momento in cui c'è stata la scossa di terremoto, quello che ti ha colpito di più, dove eri? Con chi eri? Cosa è successo? Cosa hai visto?



SCRIVI
CON PAROLE TUE
CIÒ CHE RICORDI

...

Desirée

«La domenica mattina mi ero alzata per andare a fare colazione poi quando ho finito sono andata nella mia camera per prendere la mia borsa e ho sentito questa scossa fortissima e avevo molta paura, dalla cucina mi chiamava mia cugina che aveva in braccio mio cugino che aveva 4 anni mi chiamava per dirmi di uscire. Io ho provato paura perché era forte, tristezza perché ho perso tutto e vedendo il paese distrutto e rabbia vedendo tutto rotto. La casa è inagibile dal 24 agosto anche i capannoni tutti inagibili comunque non mi è rimasto niente».

Emozioni:

«**Rabbia** perché ho visto tutto distrutto. **Paura** del terremoto e ho ancora paura adesso. **Tristezza** perché non mi è rimasto proprio niente».

////////////////////////////////////

Micheline

«Avevo appena finito di far cena quando c'è stata la scossa più grande del 26 ottobre. L'avevo già sentita il 24 di agosto ma non sapevo potesse riaccadere. Quella notte del 26 ho avuto paura, ho pianto perché mi cadevano i bicchieri addosso ed ero sotto il tavolo del nostro salone. Mi sono sentita triste perché vedevo mio padre depresso, mia madre che piangeva, i vicini che strillavano. Per un istante ho pensato la casa ci crollava addosso e non rivedrò più i miei cari. Non pensavo che un giorno potessimo perdere tutto quello che avevamo. Adesso sono ancora terrorizzata quando sento le scosse e le urla della gente che piange, quando vedo le case crollate». Grazie per essere venuti per aiutarci a sfogarci!!!

Emozioni:

«**Rabbia** quando ho pensato che avevo perso quello che avevo di più caro in casa e anche quando hanno detto che la casa era inagibile. **Tristezza** quando ho sentito che mia sorella stava piangendo, mia madre pure e i vicini di casa. **Paura** quando ho pensato di non rivedere più i miei cari, i miei amici e quelli che di più caro avevo».

////////////////////////////////////

Giusy

«Mi trovavo in tenda, mi ero svegliata e stavamo per andare in viaggio dai miei parenti. Ero assieme alla mia famiglia e insieme a degli amici che avevano già perso tutto. Sento la terra tremare, la tenda in movimento, sono uscita e tutti correvano e urlavano. Io avevo paura, provavo tristezza ma anche rabbia perché così avevo capito che continuava a tremare e che non si era fermato, quando è finita mia mamma mi ha abbracciata piangendo e in quel momento a poca distanza da me vidi il paese crollare e tanto fumo provocato dalle macerie. La mia casa era lontana da dove mi trovavo, non potevo vederla e ho camminato in salita cercando di vedere qualcosa ma non si vedeva nulla. Abbiamo preso le cose che erano rimaste in tenda e siamo scappati dai miei parenti, io non capivo nulla, volevo solo andare via e pensare che tutto fosse un incubo anche sapendo che non era così, sono scappata avevo tanta angoscia dentro e ansia non sapendo cosa fare e cosa poi poteva accadere, non trovavo una soluzione e non riuscivo a pensare nel futuro il mio paese di nascita com'era prima, prima della scossa in cui io poco tempo prima avevo trascorso il mio tempo divertendomi».

Emozioni:

«**Paura** perché i miei genitori stavano male, perché mia madre ha l'ansia e quindi con il terremoto poteva stare male di più. **Tristezza** perché tutto era crollato e quindi ci voleva il tempo per ricostruire tutto. **Rabbia** perché non potevo controllare il terremoto e quindi non potevo fare nulla».

////////////////////////////////////

Gladys

«Durante le scosse sto con la mia famiglia che mia madre gridava tutti devono uscire. Per me ho sentito che c'è un pericolo che nessuno può risolverlo. Ho provato il dolore, la paura e soprattutto la tristezza che ho perso la mia casa che sono affezionata perché io e mia sorella giochiamo, litighiamo, dopo ridiamo insieme. Per noi la casa è come un'amica. La nostra casa è più bella. Mi mancano le cose che ho perso. Ho perso tutto. Il mondo è così, purtroppo è capitato a noi. È molto triste che ho perso le cose che abbiamo costruito insieme con la mia famiglia. Sono anche dolorose perché ho perso la mia scuola dove cantiamo, balliamo». Grazie mi sono liberata.

Emozioni:

«**Paura** di perdere i genitori. **Tristezza** che ho perso tutto».

////////////////////////////////////

Stefano

«Era la sera del 26 Ottobre e stavo mangiando dopo la prima scossa, a malavoglia ma mangiavo, quando mi alzo dal divano e inizio a sentire un rumore forte, una macchina che viene messa in moto, e tutto sotto ai miei piedi incomincia a tremare, cerco di correre via ma mio padre mi urla di non andare perché per le scale sarebbe potuto essere pericoloso. Tutti piangevano perché il centro commerciale era distrutto. Quella è stata la serata più brutta della mia vita».

Emozioni:

«**Tristezza** perché la mia casa è inagibile. **Rabbia** perché il terremoto continua a venire e non si conclude. **Paura** perché fa le scosse di continuo».

////////////////////////////////////

Lorenzo

«Nella scossa di domenica mattina mi trovavo a casa ero al bagno a lavarmi i denti quando all'improvviso si sente un boato talmente forte che sembrava un camion in accensione, quando capii che era il terremoto urlai di andarcene e impaurito presi mia madre per mano e scappammo via urlando!! Da quel momento in poi capii che era una forza sovranaturale pericolosissima e allora da lì ce ne andammo».

Emozioni:

«**Rabbia** perché ora non ho più una casa. **Paura** perché ho ancora paura del terremoto che venga un'altra scossa forte».

////////////////////////////////////

Alessandro

«Mi trovavo a casa stavo sul pianerottolo, stavo con i miei vicini e tutto ad un tratto ho sentito un boato e poi come se scoppiasse una bomba tutti che urlavano, io cercai di mantenere la calma. A fine scossa siamo andati via e mentre scendevo le scale sentivo i calcinacci sotto i piedi ed i buchi sul muro, siamo arrivati giù e la porta non si apriva allora diedi una spinta e tirai verso di me e la porta si aprì, io provai tanta paura e tanta ansia».

Emozioni:

«**Paura** che mi veniva sopra casa. **Tristezza** perché tutte le cose che c'avevo... quasi tutte non le posso riprendere. **Rabbia** perché per una catastrofe naturale dobbiamo stare in queste condizioni».

////////////////////////////////////

Simone

«La prima scossa forte quella di mercoledì (novembre) mi sono messo paura anche se stavo in gita e non l'ho sentita. Ho immaginato quello che era successo da quello che avevo visto sulla tv e quello che mi hanno detto i miei genitori tramite telefono. Ero preoccupatissimo per i miei genitori e anche per casa».

Emozioni:

«**Rabbia** perché c'è stato il terremoto, per casa e per tutti i sacrifici che hanno fatto. **Paura** perché poteva morire anche mia nonna che non poteva camminare».

////////////////////////////////////

Mattia

«La sera del mercoledì avevo appena finito di mangiare e mi stavo allungando sul divano, quando il pavimento inizia a tremare piano: eravamo io, mamma e papà e ci fiondiamo tutti e tre sotto l'architrave. Ad un certo punto sembrava che si stava fermando ma riparti a tutta velocità e nel frattempo vedevamo la televisione che cadeva, i quadri lo stesso e molti altri rumori che non sono riuscito a capire da dove provenissero. Appena finito il terremoto incominciammo a girare tutta casa per vedere se aveva fatto danni e quando i miei genitori mi dissero che non aveva fatto danni provai un momento di sollievo. Poi dopo chiamai amici e parenti e quando seppi che non era successo niente fui molto contento ma dentro avevo sempre molta tristezza».

Emozioni:

«**Gioia** perché fui contento che non aveva fatto danni alla casa. **Tristezza** perché sapevo che tanti avevano perso la casa, i miei amici avevano perso la casa. **Paura** perché pensavo che durante il terremoto crollasse casa».

RIFLESSIONI CONCLUSIVE

RICHIESTA: Alla fine del lavoro esprimi, con una parola o una frase, cosa ti vuoi portare a casa da questa esperienza che ti dia forza nei momenti di difficoltà.

«Grazie».

«Coraggio».

«Sensibilità».

«Se siamo insieme nessuno può sconfiggerci».

«Pace».

«Ripartiamo più forti di prima».

«Felicità».

«Forza».

«Pievetorina barcolla ma non crolla».

«Muccia barcolla ma non molla».

«L'unione fa la forza».

«Per me dobbiamo stare sempre nella gioia e sempre uniti».



**PARLANO
I VOLONTARI**

“

È la mattina del 24 agosto 2016, quando il telefono del Vice Presidente Maurilio Frontini inizia a squillare, ricevendo la prima chiamata dal Responsabile di Protezione Civile ANPAS Marche Alfonso Sabatino per recarsi alla S.O.U.P., nucleo operativo del Servizio di Protezione Civile della Regione Marche, dove si coordinano tutte le forze impegnate nell'emergenza, tra cui anche i volontari ANPAS Marche che fanno parte della Colonna Mobile Regionale, attivata immediatamente dallo stesso Alfonso.

Durante la mattinata Maurilio allerta anche l'APE che provvede a programmare le prime partenze organizzando i volontari psicologi, che dalle primissime ore dell'alba inviano all'Associazione email e messaggi, anche tramite facebook, per dare le loro disponibilità in aiuto alla popolazione colpita dal sisma.

I primi volontari sono andati in missione ad Arquata del Tronto la mattina del 26 agosto 2016.

In quelle prime ore la situazione era ovviamente caotica, ed ha richiesto una grande capacità di adattamento. Appena arrivati, ad esempio, è stato necessario trovare una sistemazione minimamente idonea per l'attività, in condivisione con altra organizzazione perché la tenda assegnata a tavolino il giorno precedente era già stata "requisita" sul posto per necessità altrettanto urgenti.

Nel complesso APE ha "schierato sul campo" oltre 30 Volontari tra Soci esperti, altri in formazione e in affiancamento, qualcuno per pochi giorni, altri per periodi più lunghi.

Per completare questo libro, APE ha chiesto a tutti i suoi soci di descrivere le sensazioni vissute.

Le risposte ricevute, da specializzandi così come da professionisti di grande esperienza, hanno tanti punti in comune.

Si può pensare che per certi versi la voce di ciascuno parli per tutti.

”

PAURA? CERTO, MA...

È stata una scelta difficile? *«In fondo no: Parti», rispondono Monica Martelli e Silvia Giuliani, «non ti importa dove dormirai, se ti potrai lavare, cosa mangerai, se potrai riposarti, se avrai abiti asciutti; se saprai fare ciò che sarà necessario: lo farai al massimo delle tue forze, delle tue conoscenze. Hai il tuo obiettivo chiaro in testa e questo basta. Ed è questo che crea la sensazione di semplicità».* Silvia Giuliani continua *«partire a pochi giorni dal sisma il pensiero non è su di te ma è già là accanto a quelle persone che sai che hanno bisogno di sentire la presenza».* Monica e Silvia hanno raggiunto due volte le zone colpite dal sisma. Prima a Campo Borgo di Arquata del Tronto in settembre poi a Camerino e Pieve Torina nei primi giorni di novembre.

Paura? Certo. Anche i volontari hanno paura, continua Monica *«Partire per le zone colpite da un sisma è come fare un salto in un buco oscuro di cui non conosci la profondità e le dimensioni. Ma questo non ti ferma. Sai che tutto questo ha un senso: che è giusto e basta. E ti lanci».*

Mentre Monica parla Silvia annuisce e sottolinea *«è come fare un salto nel "buco" dell'incertezza, delle tue paure ma è anche un salto e il salto è una spinta carica di energia che sostiene ad andare "verso" portando tutta te stessa, le tue emozioni, le tue conoscenze, la tua storia, il tuo desiderio di metterti in gioco "accanto a"».*

Una volta "atterrati" i timori non si dissolvono. *«La prima sensazione "lo ammetto" è stata quella di impotenza di fronte all'enormità del danno»*, sottolinea Barbara Polisca, che era alla sua prima esperienza in un contesto di emergenza *«Ma questa sensazione si alterna a momenti di relativa onnipotenza»*, spiega Roberta Fetti, *«non hai più bisogno di riposo, non hai più fame, non hai più timore per la tua incolumità».* Roberta ha affiancato i Vigili del fuoco e gli abitanti delle case inagibili in operazioni di recupero di oggetti personali e ha passato gli ultimi giorni di dicembre al campo di Pieve Torina nella tenda di APE. Al centro c'è l'incontro: uno, cento mille incontri. *«Sicuramente essere cercato e abbracciato dai bambini era molto emozionante»*, riporta Alessandro De Rosa.

Alla prima esperienza sul campo Veronica Berrè, psicologa in formazione, ricorda di non avere avuto nessuna idea su quanto l'avrebbe attesa né in termini pratici (dove avremmo dormito, dove e se ci saremmo potuti fare una doccia, ecc.) né relazionali (come avvicinarmi a persone che hanno perso tutto). Immersa nell'esperienza, questi problemi si sono dissolti «*E mi sono commossa ascoltando le storie dei ragazzi e ho provato una grande gioia quando ci hanno detto di aver apprezzato il nostro intervento*». Tanto che la difficoltà più grande Veronica l'ha avuta non nei primi momenti ma negli ultimi, al termine della sua settimana di impegno «*nel momento del distacco, in particolare di fronte ai bambini nel momento del saluto che ti chiedono di tornare e tu vorresti accontentarli*». Una settimana intensa nella quale con semplicità si sono creati «*legami stretti con le persone del posto, tutte così accoglienti e desiderose di poter condividere con noi la loro esperienza, e le porterò sempre nel mio cuore*».

Emozioni simili vissute anche da Agnese Lucchetti che, nel ruolo di animatrice, ha lavora con i bambini:

“

Quando sono partita per questa esperienza andavo verso qualcosa che non conoscevo ma ero sicura di ciò che volevo: poter contribuire nel mio piccolo a dare una mano a chi più ne aveva bisogno.

La mia esperienza è partita nel comune di Pioraco dove mi fu assegnato un gruppetto di bambini e ragazzi a cui fare animazione per poter distrarli da quel tragico momento. Ho già avuto esperienze di intrattenimento per i più piccoli grazie al mio percorso scout, ma sicuramente quello che ho vissuto facendo questo servizio ha avuto tutt'altro "sapore". Negli occhi di quei bambini scorgevo paura e disperazione e mi sentivo impotente.

Col passare dei giorni mi sono resa conto che bastavano cose semplici, un gioco, una canzone.. e vedere nei loro volti un sorriso e la voglia di andare avanti nonostante tutto. Mi sono sentita utile e realizzata, contenta di aver dato una mano laddove sembrava impossibile ritrovare la gioia di vivere. Nel momento del mio ritorno a casa chi piangeva, chi si dava da fare a scrivere biglietti, chi non voleva che li lasciassi, chi cercava in ogni modo di avere il mio numero di telefono.. sono tutti segni che mi hanno gratificata e mi hanno resa una persona ricca, ricca di affetti, responsabilità e sensibilità.

”

ALL'ASCOLTO DEL DETTO E DEL NON DETTO

Cosa hanno fatto gli psicologi volontari dell'Associazione di Psicologia dell'Emergenza? Di tutto, ma in particolare hanno ascoltato. «*Molti infatti avevano bisogno di parlare, di raccontare la loro storia e così facendo ricominciare una vita "normale", scacciando la paura che era ancora presente in loro e la sensazione di scoramento nei confronti del futuro*», descrive Sara Anastasia Contin.

Monica Carestia «*nell'evento inaspettato, nel trauma, nel sintomo c'è qualcosa di indicibile. Qualcosa che è "impossibile a dire" ed è proprio per questo - perché impossibile - è da raccontare. In quanto impossibile a dire, lì dove la parola non arriva, a parer mio, c'è bisogno di un atto. Un atto che svegli dal sonno della realtà e che si può compiere solo spontaneamente. Non può essere un obbligo, non un dovere: è un atto volontario*».

Stefano Tombolini, dottore in psicologia in formazione, aveva il compito di occuparsi dei censimenti all'interno delle tendopoli, per riuscire ad avere un report preciso dei bisogni fisici e psicologici della popolazione «*inizialmente la mia più grande paura era quella di essere invadente, piombando anche se per poco, nella vita di tante persone. Ricordo ancora il senso di imbarazzo iniziale che è subito scomparso appena mi sono avvicinato ad un signore che non vedeva l'ora di potersi aprire, per parlare con qualcuno della sua esperienza, per poter condividere il suo grande dolore per la perdita dei cari. È stato tutto così naturale, passare dalla compilazione di un questionario a raccontare un vissuto. Sono rimasto sorpreso del bisogno urgente che aveva la gente di non tenersi tutto dentro ma di condividere quel macigno con gli altri, per poterne sentire un po' meno il peso sulle proprie spalle già ferite*».

Un'attività non strutturata ma intensa. Girare per i paesi e conoscere le famiglie che continuavano a vivere in case inagibili: accettare un caffè, giocare a pallone sui campi con bambini in attesa del tramonto, visitare

roulotte agghindate come nuove dimore, *«facendo amicizia con orsetti di peluche ormai amici inseparabili di piccole bambine spaventate; quella che poteva sembrare una “chiacchierata” diventava un spazio di ascolto profondo»*, è la descrizione di Francesca Vecchiotti, psicologa “di lungo corso” con alle spalle diverse esperienze in contesti di emergenza. Di rado è stato un ascolto strutturato. Il sostegno psicologico veniva offerto nelle ore del pasto *«di giorno le persone andavano fuori dal Campo spesso con i loro figli e non era facile instaurare con loro una relazione»*, fa presente Francesca Vecchiotti. Occorreva cogliere quindi le occasioni di socialità per avvicinarsi. *«Solo alcuni richiedevano spontaneamente un momento di ascolto che avveniva nella nostra tenda, adibita per metà ad ufficio e per metà ad alloggio con le brandine per la notte. Nella maggior parte dei casi la richiesta di aiuto, non era esplicita: andava scovata in forme inaspettate più che in classiche domande dirette»*.

La richiesta di aiuto era nascosta dietro l’insistenza per mostrare la propria casa o quel che ne rimaneva, *«restando in piedi davanti ai muri crollati a descriverti scenari interni di ricordi e stanze ormai scomparse. Altri parlavano del loro paese, con gli occhi lucidi e nostalgia ma soprattutto rabbia e paura, altri ancora si chiedevano come avrebbero fatto a ricostruire le case e di fronte a tutto ciò si restava “spaesati”*». Un termine che Francesca Vecchiotti non usa a caso: *«spaesati perché quel paese esterno ormai appiattito si stava portando via anche quello interno fatto a volte di mura labili»*, continua Francesca, *«ho ascoltato una sera, in una tenda con dei tappeti a terra e le brandine unite tra loro, pacchi di merendine e dolce fresco portato da una nonna, le loro storie con gli occhi lucidi e il cuore pieno, ho preso i loro sguardi fissi sui ricordi della polvere e del buio, delle grida e delle crepe e con una collega volontaria che guidava un de-briefing, ho provato a costruire il ponte tra prima e dopo. La loro energia era sorprendente e molto emozionante»*.

Laura Vitaloni nella sua breve esperienza nell’area di Camerino ricorda di aver accompagnato una ragazza laureanda proprio in psicologia nella sua casa inagibile e pericolante per recuperare i materiali necessari a completare la tesi *«Era molto scossa e non riusciva a organizzare le idee, invece si doveva fare in fretta. Ho sentito il suo dolore alla vista degli ambienti (era la prima volta che rientrava) e ho sentito anche il senso di vuoto»*.

BAMBINI: QUALCOSA DI MAGICO

Veronica Berrè che ha affiancato la presidente di APE descrive così l'intervento riportato nelle pagine precedenti, che è stato forse il più organico ma solo uno dei molti supporti dati dagli psicologi Volontari nelle diverse fasi dell'intervento. *«Dopo aver ottenuto l'autorizzazione del Dirigente Scolastico, abbiamo avviato un intervento psicologico strutturato, composto da una prima fase durante la quale gli alunni hanno descritto il momento della scossa di terremoto che li ha colpiti di più».* Ai bambini della Scuola Primaria è stato chiesto di fare un disegno e poi descriverlo mentre noi riportavamo parola per parola le loro storie; ai ragazzi della Scuola Secondaria di Primo Grado, invece, è stato chiesto direttamente di scrivere il racconto dell'esperienza della scossa di terremoto. *«In entrambi i casi gli alunni hanno espresso le emozioni provate in quel momento e condiviso con la classe le loro esperienze. Per facilitarli nel dare un nome alle emozioni, abbiamo utilizzato i personaggi del cartone Inside-Out, ma non avendoli a portata di mano, li abbiamo disegnati noi su dei cartoncini e poi li abbiamo consegnati ai bambini che potevano scegliere, uno alla volta, le emozioni da loro provate»*, riferisce Veronica Berrè. Nella seconda fase è stato chiesto agli alunni di pensare a qualcosa di magico che potesse aiutarli a sconfiggere le loro paure: i bambini della Scuola Primaria hanno realizzato il disegno di un oggetto magico con poteri speciali, mentre i ragazzi della Scuola Secondaria di Primo Grado hanno pensato a un motto che potesse dare loro forza. *«Infine abbiamo chiesto agli alunni che cosa si portano a casa da questa esperienza e abbiamo poi ripetuto lo stesso intervento, in un secondo momento, con gli alunni di Visso e Ussita trasferiti nella scuola di Loreto».*

ANZIANI: RESILIENTI, SCONSOLATI E ORGOGLIOSI

Nonostante l'indubbio impatto del dialogo con i bambini, i volontari di APE ricordano con particolare intensità gli incontri e i dialoghi con le persone anziane. Nella maggior parte dei casi i Volontari sono stati sorpresi, come riferisce Monica Damiano *«dalla forza di volontà delle persone anziane. La loro capacità di non abbattersi e di continuare a lottare, ho trovato molta resilienza in loro e questo sinceramente non me l'aspettavo».*

In effetti se gli adulti riescono a ritrovare risorse e prospettive, *«e i bambini ricevono molte attenzioni»*, come riassume Roberta Fetti, *«al contrario gli anziani soli non possono immaginare un futuro e si sentono un peso per gli altri. Mi ha colpito il senso di rinuncia, la rassegnazione, l'abbandono delle attività quotidiane di una signora che però non lamentava mai la sua condizione oggettivamente disagiata...come se la perdita della casa, la mancanza di parenti, l'età avanzata le avessero tolto il "diritto di parola": la possibilità di esprimere le sue emozioni».*

Occorre tenere presente che molti anziani del posto, assistevano per la terza volta nell'arco della loro vita al danneggiamento o alla distruzione delle proprie casa e in seguito a terremoti. *«Queste persone che magari avevano impiegato una vita intera per ricostruire le abitazioni, se le sono viste nuovamente danneggiate o distrutte»*, osserva Monica Martelli, *«alcuni erano sconsolati, sconfitti, privi di energie e a volte della capacità di reagire. Altri arrabbiati con tutto e con tutti. Una cappa scura e densa che copre il cielo e impregna ogni cosa».*

Prosegue Silvia Giuliani *«Accanto al dolore e al senso di impotenza per sé, nei*

racconti degli anziani emergeva la preoccupazione per l'identità del territorio. Forte era il timore che quel terremoto avrebbe portato i giovani ad allontanarsi da quei luoghi e che la storia della comunità sarebbe andata dispersa».

La “macchina degli aiuti” ha proposto soprattutto alle persone anziane di trasferirsi in qualche albergo o struttura sulla costa. Molti hanno accettato questa soluzione sensata e relativamente confortevole. Ma non tutti: Barbara Polisca ricorda quella che definisce acutamente la “richiesta implicita” di un signore di 70 anni con la casa inagibile il quale «*pur di non chiedere aiuto preferiva passare la notte in macchina*».

ANCHE I CLOWN PIANGONO?

I soccorritori partecipano allo stesso scenario traumatico delle persone vittime del terremoto: restano a contatto con persone che si trovano in forte stato di choc e sofferenza. Questo li espone a reazioni emotive particolarmente intense, che possono arrivare talvolta ad interferire con le capacità di funzionamento durante l'esposizione, così come in seguito, nonché al rischio di burn-out.

Carlo Camerlingo, soprattutto nella sua esperienza al Campo base di Arquata del Tronto, ha dedicato metà del suo lavoro nel supporto ai soccorritori specificatamente nel debriefing per le due equipe di clowns che si sono succedute affrontando soprattutto la problematica del "rientro alla normalità" e i vissuti emotivi che l'accompagnano: senso di colpa, estraniamento dal contesto di vita quotidiano etc. In modo più estemporaneo Carlo Camerlingo ha supportato operatori di Croce Rossa e Vigili del fuoco «*incontrando in questo ultimo caso una certa ostilità da parte della gerarchia del Corpo*», ricorda.

UN PAZIENTE INANIMATO MA VIVO: IL TERRITORIO

Così come l'evento-malattia o l'incidente colpisce la persona, il sisma colpisce il territorio.

«La città è distrutta - racconta Monica Carestia riferendosi a Pescara del Tronto - non esiste più niente, tutto è sommerso dalle macerie. E tra le macerie ci sono i nostri oggetti, quelli comuni, quelli che ciascuno di noi ha in casa. Quegli oggetti sono i tuoi: sono le tue mollette, i tuoi jeans, il tuo libro, le tue scarpe. Di fronte a quegli oggetti siamo tutti terremotati. Gli oggetti, tutti uguali, ci accomunano, ci sopravvivono, resistono».

I Volontari psicologi – tutt'altro che abituati a considerare il territorio nella sua materialità un oggetto di attenzione – se ne sono subito ben resi conto. *«Il nostro lavoro, per esempio a Pieve Torina, è stato anche quello di cercare di ricucire un tessuto, un'identità sociale fortemente lesionata, creando attività aggreganti e ricreative per le varie fasce d'età. Spazi utilizzabili da bambini, genitori e famiglie, anziani»*, riporta Monica Martelli. Il processo di elaborazione del lutto, specialmente in un sisma devastante ma per fortuna con relativamente poche vittime, ha riguardato proprio il "paesaggio". Sara Anastasia Contin custodisce fra le emozioni più intense della sua esperienza il pomeriggio passato assieme ad un signore di Pieve Torina, che ci ha accompagnato a fare visita ad un paese vicino. E con che orgoglio ce lo mostrava! È stato molto toccante a livello emotivo.

Fernando Spalvieri è stato molto colpito da questo aspetto: *«Il passaggio del sisma in alcuni paesi e in alcune frazioni è ben visibile, ma mi ha colpito la forza e l'attaccamento delle molte persone che ho incontrato, e il gran numero*

di storie narrate su questi meravigliosi posti, evocanti i valori che rappresentano per loro». Carlo Camerlingo aveva visitato e fotografato quei luoghi poche settimane prima del sisma. Tornato dall'esperienza di volontario ha ripreso in mano quelle foto confrontandole con le devastazioni cui aveva assistito e notando «quanto spesso sottovalutiamo la "normalità"».

Come le persone, anche le comunità hanno dovuto dare prova di resilienza. *«Ogni Comune, a seconda di come è stato colpito, ha dovuto trovare nuove soluzioni di adattamento che hanno creato talvolta delle domande d'aiuto rivolte a noi psicologi presenti in zona. Ascoltando i racconti delle persone è evidente come le nuove soluzioni che ognuno ha dovuto trovare sono andate ad inserirsi in alcuni contesti già complicati prima di tali eventi»,* ricorda Fernando Spalvieri *«spero che arrivino tutti gli aiuti necessari affinché queste comunità possano sopravvivere».*

«Un terremoto, un disastro naturale, la devastazione di un territorio - dice Monica Carestia - è anche un dolore per gli occhi, una ferita per lo sguardo. La bellezza dei luoghi e dei paesaggi è distrutta. "Non ci vuole niente a distruggere la bellezza", come dice Lo Cascio nel film "I cento passi". Bisogna difendere la bellezza, preservarla, recuperarla. È un atto di responsabilità».

«A volte, la grande macchina del soccorso sembra invadere il territorio con la sua organizzazione e la gente, mentre riceve quell'aiuto, che pure è necessario, si sente "deprivata della propria anima e diventa passiva", come mi diceva una giovane mamma», ricorda Silvia Giuliani, che aggiunge: *«ecco che prende ancora più valore un'azione che non si sostituisce, ma che si offre come facilitatore, che riconosce le risorse e che stimola la partecipazione attiva delle persone affinché, pian piano, possano prendersi cura di loro stesse e, insieme, della loro comunità».*

CONFRONTARSI CON L'ORGANIZZAZIONE

Il lavoro dello psicologo si svolge generalmente in setting ben strutturati e molto spesso in una relazione uno a uno con il paziente. I film hanno divulgato e inserito nell'immaginario collettivo gli ambienti spesso eleganti, silenziosi e rilassanti nei quali si svolgono i colloqui tra psicologo e paziente. È come se al tumulto delle emozioni dovesse corrispondere un contesto esterno il più riposante, normale – se vogliamo “borghese” possibile. Niente di più lontano dalla realtà degli interventi in emergenza. Tutto sommato i Volontari si attendevano le condizioni spesso precarie, l'igiene non sempre ottimale e le condizioni generali dei campi e dei contesti dove hanno lavorato.

Ma non è solo questo. Di rado lo psicologo è abituato a lavorare in strettissimo contatto con altre professionalità. Quella della Protezione Civile è una struttura ben oliata nella quale esercitazioni ed esperienze comuni hanno creato modelli e routine che permettono di fondere l'elemento professionale (i dipendenti della Protezione Civile e i “corpi speciali” come i Vigili del fuoco ad esempio) e quello Volontario. In questo contesto gli psicologi volontari rappresentano un elemento nuovo. Sara Anastasia Contin spiega che, essendo stata la sua prima esperienza in una situazione d'emergenza, *«soprattutto i primissimi giorni ero molto concentrata nel capire come funzionava l'organizzazione a livello più generale, quali erano le varie associazioni e organizzazioni presenti, come si integravano tra loro e quali erano i diversi ruoli e già solo questo è stato per me interessante, affascinante e mi hanno fatto imparare molto»*. Lo stesso per Laura Vitaloni, anche lei alla prima esperienza, *«ho avuto difficoltà a capire l'organizzazione del servizio, almeno all'inizio»*. Due psicologi Volontari: Alessandro De Rosa e Carlo Camerlingo riferiscono di aver notato difficoltà nel rapporto con le istituzioni dei Comuni interessati dal sisma. Ma nel complesso il dialogo con le mille organizzazioni e reti presenti è stato positivo. *«Ottima la sinergia tra personale strutturato nei*

servizi territoriali e volontari», giudica Carlo Camerlingo, «e fondamentale la pratica della riunione serale di tutti gli operatori per consentire un bilancio del giorno e la pianificazione del successivo».

PSICOLOGO COINVOLTO MA NON TRAVOLTO

È interessante ascoltare l'impatto che questa esperienza ha avuto dal punto di vista professionale, soprattutto sugli Psicologi più esperti. Essere esperti significa anche conoscere i propri limiti: «Sai di non sapere, di non sapere abbastanza, perché ti sembra che non basti mai ciò che sai del tuo lavoro», tiene a notare Monica Martelli. Roberta Fetti sottolinea un aspetto "straniante" del lavoro psicologico in emergenza: *«Lo psicologo lavora su prospettive di lungo periodo; questa esperienza come soccorritore ha attivato in me una componente "adrenalinica" che non avevo mai riscontrato nello specifico della professione».*

Forse anche per questo Laura Vitaloni ammette di aver mutato opinione sull'intervento psicologico in emergenza, «prima pensavo che questo intervento dovesse essere successivo a quelli logistici e di messa in sicurezza e invece mi sono resa conto della necessità di una presenza immediata». E immediato è stato l'intervento di molti psicologi volontari. *«Appena arrivata al Campo di Accoglienza mi sono occupata della mappatura del territorio per comprendere come avremmo potuto muoverci in una zona ampiamente colpita dal sisma»*, riporta Francesca Vecchiotti. Gli psicologi hanno partecipato ai primi incontri di informazione e sensibilizzazione ai soccorritori e alla popolazione, ai genitori di bambini, *«volti a conoscere e normalizzare le prime reazioni da stress; suggerimenti e attività per la riduzione dei sintomi dell'ansia e l'identificazione di quando è invece necessario ricorrere ad un intervento psicologico e medico specifico»*, elenca Monica Martelli, *«e abbiamo supportato anche le persone che – pur avendo la casa dichiarata agibile avevano paura a rientrarvi»*, aggiunge Barbara Polisca. La professione dello Psicologo richiede un continuo lavoro su se stessi per essere coinvolti nel modo giusto dalle emozioni dell'interlocutore. L'esperienza di diversi interventi in emergenza ha portato Francesca Vecchiotti a riflettere sul ruolo del Volontario il quale

da una parte non deve essere un automa che “si limita ad eseguire compiti” dall'altra non può essere «una spugna che assorbe tutto quello che arriva». La soluzione sul piano delle azioni è fare squadra con gli altri volontari e ricavarci anche se piccolo, uno spazio proprio di svago, di confronto che riallinea gli stati interni. Sul piano emotivo occorre trovare una «modalità non narcisistica di affrontare l'emergenza».

«Il mio obiettivo era lasciarmi attraversare emotivamente ma con criterio e professionalità. Questo richiedeva un continuo auto ascolto e anche, diciamo, una spalla su cui appoggiarsi se necessario. Lasciarsi toccare senza lasciarmi travolgere e questo è fondamentale e fa la differenza nell'intervento», sottolinea Francesca Vecchiotti. Obiettivo centrato? Tutto sommato sì, risponde Roberta Fetti, *«Nonostante non avessi mai fatto questa esperienza né avessi una formazione ad hoc, ho scoperto che 22 anni di lavoro non sono passati invano. Mi sembra di aver dato prova di una buona adattabilità alle condizioni contingenti, di mantenere un assetto interno sufficientemente saldo per intervenire e preservare la funzione della mente anche al di fuori di un setting strutturato e controllato. Insomma l'esperienza mi ha confermato che uno psicologo ha comunque tanti strumenti nella sua cassetta degli attrezzi...una buona iniezione di autostima per me e per la nostra categoria!».*

Aggiunge Silvia Giuliani e conclude: *«Mettermi completamente in gioco nell'emergenza come volontaria psicologa e non solo come professionista ha dato ancora più immediatezza e spessore alla mia capacità di empatia, di vicinanza, alla semplicità e all'autenticità dei miei gesti e delle mie parole».*

LA "RETE" DEI VOLONTARI

Cosa ha permesso agli psicologi più esperti così come agli specializzandi di essere "coinvolti" ma non travolti, oltre alle loro risorse personali? La risposta è facile: la presenza di altri Volontari. Ciascuno di loro ha trovato una rete a cerchi concentrici, una sorta di "nassa". Al centro il collega più esperto, perché più anziano, perché più a suo agio con le tecniche della Psicologia dell'emergenza o semplicemente perché da più tempo nel Campo. *«All'inizio, quando non sapevo ancora bene come muovermi, l'affiancamento di uno psicologo esperto è stato essenziale, mi sono sempre sentita guidata e pian piano sentivo che stavo prendendo più sicurezza e coraggio»*, afferma Sara Conti, laureata in Psicologia ma non ancora abilitata. Il secondo cerchio è quello degli altri colleghi, magari anche di altre Associazioni. *«Che bello constatare», rammenta Roberta Fetti, «la facilità e la fiducia tra colleghi appena conosciuti, con formazioni ed esperienze anche molto diverse»*.

Monica Martelli ha molto da dire al proposito *«nel contesto apparentemente caotico ma non improvvisato dell'assistenza in emergenza, le persone si incontrano, si fondono ed è come se le energie e le forze di uno e dell'altro si unissero, si sommassero ed io ho più forza, più energia. E così è tutto più "semplice", non sei sola ma fai parte di una buona squadra. Si attiva in quel momento una rete fitta di informazioni, collaborazione tra medici, volontari, psicologi, realtà sanitarie locali che sorprendentemente non conosce alcuna barriera di ruolo, posizione; si percepisce solo il desiderio di fare qualcosa di concreto e nel migliore dei modi»*.

E DOPO? DOPO È DIVERSO

«Da un punto di vista emotivo ogni incontro ci cambia, è vero», riflette Carlo Camerlingo, «ma alcuni restano “memorabili” e ci segnano maggiormente. Avere ripercorso, a distanza di poche settimane, gli stessi luoghi, prima intatti, poi sconvolti dal sisma appartiene a queste esperienze memorabili». Tutti i Volontari che hanno partecipato con APE alle esperienze sul campo la ricordano come una esperienza «che arricchisce moltissimo a livello umano e personale, dà una carica incredibile nell'affrontare la vita quotidiana con uno sguardo diverso, che permette di apprezzare maggiormente anche le cose più semplici e piccole» come la definisce Sara Anastasia Contin. Chi si trovava ai primi passi della sua carriera di psicologo, come Alessandro De Rosa, sostiene di aver tratto dall'esperienza conferme su dove e come indirizzare il percorso da futuro psicologo.

LA VOCE SU FACEBOOK

DI UN'OPERATRICE... TERREMOTATA

Dott.ssa Giuliana Grifantini, Coordinatrice per il supporto psicologico alla persona durante il sisma e terremotata lei stessa, con grande impegno ha messo a disposizione la conoscenza del territorio e della rete professionale costruita in anni di lavoro presso il CSM di Camerino, diretto dal dott. Angelo Meloni.

Le riunioni di briefing e debriefing l'hanno aiutata a superare quei momenti terribili che hanno causato la perdita della sua casa e un lutto importante ma non le hanno tolto la speranza nel futuro, come ha scritto in un post su facebook il 5 aprile 2017 ore 00:36:



Oggi, dopo oltre 5 mesi, ho rivisto il centro storico di Camerino... da piazza Cavour abbiamo percorso il corso, ci siamo fermati davanti al palazzo comunale... poi su fino a piazza Garibaldi, abbiamo proseguito per via Lili fino alla chiesa di "Santa Maria in Via", i nostri ospiti ascoltavano attenti il Sindaco che illustrava i vari palazzi e i vigili del fuoco che indicavano le lesioni procurate dal sisma... io ho sentito solo il rumore assordante del silenzio...

Un silenzio quasi agghiacciante.

Ho guardato con dolore i palazzi vuoti, chiusi senza vita, le vetrine dei negozi sbarrate, impolverate, vuote.

Mentre percorrevo quelle vie a me così familiari, dove sono passata tante volte e con tanti stati d'animo diversi, ho trattenuto le lacrime... ripensavo a me bambina che con lo zaino andavo alle scuole medie, a me adolescente che con i libri sotto braccio andavo alle superiori, a me che con le mie amiche andavo in discoteca alla rocca a fumare e... di nascosto;

Mi sono ripensata in quelle vie donna con il pancione che si preparava a diventare madre ed ancora madre con i miei figli che passeggiava per quelle vie... e già quelle strade che mi sembravano troppo strette in tutti i sensi... oggi le ho viste ferite, doloranti.

Non ho pianto, ho trattenuto le lacrime con la dignità che questa città mi ha insegnato ma la tristezza mi è rimasta dentro.

Li la vita si è fermata, sono rimasti solo i ricordi!

Mi porto un'immagine: un portone molto grande ai cui battenti hanno messo una catena molto robusta chiusa con un bel lucchetto, credo che possiamo solo custodire fortemente e gelosamente i ricordi e siamo pronti a difenderli anche da lontano e nel tempo!

Non so come e quando quelle strade torneranno a vivere e noi torneremo a passeggiare per quelle vie ma è certo che nessuno dimenticherà!

”

RINGRAZIAMENTI

Grazie ad **ANPAS Marche** e alle **Pubbliche Assistenze**, in particolare alla **P.A. Croce Gialla Onlus di Agugliano**, che hanno fornito ad APE mezzi e volontari per il supporto necessario ad operare nelle zone terremotate.

Grazie a "**Fondazione Italia per il Dono Onlus**" di Milano, per aver creduto al progetto "Ci Vorrebbe Tanta Colla" e per il sostegno economico che ci ha permesso di realizzarlo.

Grazie a **Laura Cingoli** per il fondamentale supporto che ci ha permesso di realizzare questo progetto.

Grazie a **Lorenza Cingoli** per le parole preziose che hanno accompagnato le storie dei bambini in "Paesi di Carta".

Un riconoscimento speciale va a **Sarah Buglioni** che ha curato la grafica e l'impaginazione con professionalità e creatività in tempi record.

Un grazie particolare va al Dirigente Scolastico Professor Giorgio Gentili, alla Vicaria del Dirigente Prof.ssa Paola Lotti e a tutti i docenti dell'**Istituto Comprensivo "Mons. Paoletti"**.

Infine un grazie di cuore a **tutti i bambini e ragazzi che hanno partecipato al Progetto**, per tutti i loro ricordi, le emozioni, le risate e i momenti passati insieme.

Setiti ringraziamenti a **Gabriele Virgili** per aver generosamente contribuito alla realizzazione di questo volume.

BIBLIOGRAFIA

- Bowlby J., Costruzione e rottura dei legami affettivi, Raffaello Cortina Editore, 1982
- Castelli C., Sbattella F. Psicologia dei disastri : interventi relazionali in contesti d'emergenza, Carocci 2003
- Fernandez I., Maslovarich G., Galvagni M.V., Traumi psicologici, ferite dell'anima – Il contributo della terapia con EMDR, Liguori Editore, 2011
- Frankl, Uno psicologo nel lager, Edizioni Ares, 2001.
- Giannantonio M. (a cura di), AA.VV., Psicotraumatologia e psicologia dell'emergenza, Ecomind, 2003
- Lo Iacono A., Troiano M., Psicologia dell'emergenza, Roma, Editori Riuniti, 2002
- Lo Iacono, L'assistenza psicologica nelle emergenze. Manuale per operatori e organizzazioni nei disastri e nelle calamità, Erickson, 2002
- Mitchell, J. T., Everly, G. S. Critical Incident Stress Debriefing: An Operations Manual, 2nd edition. Ellicott City, MD: Chevron Press, 1996
- Pietrantoni L., Prati G. Palestini L., Il primo soccorso psicologico nella maxi-emergenze e nei disastri. Un manuale operativo, CLUEB, 2008
- Pietrantoni L., Prati G., Psicologia dell'Emergenza, Il Mulino, 2009
- Sbattella F., Manuale di psicologia dell'emergenza, Franco Angeli, 2016
- Shapiro F., Fernandez I. (a cura di), EMDR. Desensibilizzazione e rielaborazione attraverso movimenti oculari, McGraw-Hill, 2003
- Stanulovic N.K., Psicologia dell'emergenza. L'intervento con i bambini e gli adolescenti, Carocci, 2005
- Tronick Ed., Regolazione emotiva, Raffaello Cortina Editore, 2008
- Young BH, Ford JD, Ruzek JI, Friedman MJ, Gusman FD., L'assistenza psicologica nelle emergenze, Erickson, 2002

QUADERNI
DEL CONSIGLIO
REGIONALE
DELLE MARCHE

246

ANNO XXIII - n. 246 Aprile 2018
Periodico mensile
reg. Trib. Ancona n. 18/96 del 28/5/1996
Spedizione in abb. post. 70%
Div. Corr. D.C.I. Ancona

ISSN 1721-5269
ISBN 978 88 3280 038 8

Direttore
Antonio Mastrovincenzo

Comitato di direzione
Renato Claudio Minardi, Marzia Malaigia,
Mirco Carloni, Boris Rapa

Direttore Responsabile
Carlo Emanuele Bugatti

Redazione
Piazza Cavour, 23 - Ancona - Tel. 071 2298295

Stampa
Centro Stampa Digitale del Consiglio Regionale delle Marche, Ancona

