

# Un anno e mezzo di pandemia: il supporto psicologico attivato in Trentino

*Daniele Barbacovi, presidente di Psicologi per i Popoli del Trentino ha ripercorso con noi le attività, spesso assolutamente innovative, messe in campo dai volontari dell'Associazione per far fronte ai gravi disagi psicologici che questo lungo periodo di pandemia ha procurato in particolare alle fasce più fragili della società*



di Franco Pasargiklian - Foto: archivio Associazione Psicologi per i Popoli - Trentino ODV (le foto pubblicate sono di repertorio e scattate in periodi precedenti alla pandemia CoVid-19)

**P**artiamo dalle prime fasi della pandemia, dottor Barbacovi: quali sono i compiti su cui siete stati attivati voi volontari dell'Associazione Psicologi per i Popoli all'esplodere del CoVid-19?

Siamo stati attivati subito, a fine febbraio 2020, dal Dipartimento PC del Trentino: l'Ing. Cesarini Sforza, che dopo pochi giorni sarebbe andato in pensione, all'individuazione a fine febbraio dei primi casi, ci aveva immediatamente preallertato. Prevedeva l'imminente arrivo dell'emergenza pandemica e con essa la possibilità che la popolazione necessitasse di supporto

psicologico. La nostra Associazione ha quindi formulato un piano: abbiamo pensato subito all'impossibilità di colloqui in presenza, e quindi alla necessità di aprire uno sportello di ascolto a distanza, telefonico. A partire da questa prima proposta siamo stati collegati al Servizio Politiche Sociali della Provincia Autonoma. Siamo stati di fatto 'prestati' a questo Servizio, che ha formulato un'attività, notissima in Trentino, conosciuta come 'Resta a casa, passo io', che si occupava di supportare la popolazione in tre modi: la consegna dei pasti agli anziani e ai non autonomi; la consegna dei farmaci e appunto, il sostegno psicologico a distanza.

**Alla prima fase, è seguito un allentamento della pressione pandemica durante i mesi estivi. Poi purtroppo, però, il CoVid-19 ha ripreso in modo violento. E ora siamo in piena fase vaccinale. In questa seconda parte della pandemia, come è cambiato il vostro coinvolgimento?**

Lo sportello di ascolto è stato chiuso tra maggio e giugno dell'anno scorso. In quel primo periodo, un po' meno di tre mesi, abbiamo fatto circa 700 telefonate e sostenuto circa 300 persone. Poi la tensione, come diceva anche lei, si è allentata e il servizio è stato sospeso. A dicembre però la PC ci ha nuovamente contattati: si riteneva che la diffusione della malattia

e le difficoltà che si stavano generando esigevano che nuovamente si aprisse lo sportello di ascolto e sostegno psicologico. In questa fase, però, l'intervento è stato più ampio e organico: non c'eravamo solo noi dell'Associazione ma insieme a noi venivano coinvolte anche altre strutture che fanno capo alle Politiche sociali. L'emergenza era cambiata: nella prima fase non si sapeva ancora quasi nulla della malattia, che era stata imprevedibile e si erano chiuse tutte le attività, compresi inizialmente anche i centri di igiene mentale. Dopo l'estate era avvenuta una riorganizzazione, che aveva visto coinvolti anche i volontari delle diverse associazioni delle Politiche sociali, mentre a nostra volta noi abbiamo attivato i Centri di salute mentale locali, le Unità di Psicologia clinica. Il tutto per fornire una risposta sinergica e che facesse massa critica, per offrire un servizio più compatto e maggiormente ramificato sul territorio. Questo sportello ha iniziato la propria attività a inizio gennaio. Da allora noi di Psicologi per i Popoli abbiamo effettuato al massimo una ventina di telefonate. Ovvero il contatto con i cittadini è stato molto limitato. L'abbiamo interpretato in vari modi: da una parte l'emergenza era diversa da quella primaverile del 2020, ci si è arrivati molto più gradualmente, inoltre le chiusure si alternavano alle aperture. Insomma, anche il bisogno di ascolto era da una parte diminuito. D'altro canto la gente aveva imparato a convivere con la pandemia, cioè le persone si erano costruite una capacità resiliente a fronteggiare il problema. Risultato: il nostro coinvolgimento è stato molto meno invasivo. Devo dirle che abbiamo valutato la cosa in modo positivo: secondo noi la popolazione aveva imparato a gestire lo stress in autonomia, oppure tramite propri contatti o con i centri di salute locali. È stato merito, penso, del fatto che erano state attivate tutte le forze presenti sul territorio: per la popolazione era più facile trovare chi potesse rispondere ai suoi bisogni.

**Ci sono state categorie di persone che hanno sofferto maggiormente di questa situazione? I vostri pazienti privati, invece, persone già fragili e in cura prima della pandemia, come hanno reagito?**

La pandemia ha, a tutti i livelli, portato a far



Daniele Barbacovi, presidente dell'Associazione Psicologi per i Popoli - Trentino ODV

emergere debolezze preesistenti. Ma il maggiore stress le ha portate a una nuova fase critica. A riprova, è il target di persone che si sono rivolte a noi: davvero insolito. Ovvero gli



Copertina della brochure dell'Associazione Psicologi per i Popoli - Trentino ODV



Aula del corso 'dispersi e scomparsi' tenuto dal Dott. Luigi Ranzato, fondatore dell'Associazione

anziani: rimasti isolati avevano sostanzialmente bisogno che gli si affiancasse una persona in grado di ascoltarli e direi quasi, di fargli compagnia, di essergli vicino. Dal punto di vista della attività privata, invece, abbiamo recepito la sofferenza di molti adolescenti. I giovanissimi già vivono una fase dell'esistenza in cui devono combattere le tante sfide che riguardano il loro diventare adulti; in questo momento di inibizione dei contatti e di didattica a distanza, poi, è cresciuto il loro bisogno di essere supportati da uno specialista. Le faccio un esempio: nella seconda fase di lockdown, qui in Trentino abbiamo avuto alcuni suicidi di minorenni. Non che in passato non ve ne fossero stati, ma ora abbiamo pensato si ricollegassero più specificamente a questo momento. Al di là dell'esperienza come Associazione, per quanto riguarda la nostra attività privata di psicologi, ci siamo confrontati tra colleghi e abbiamo verificato come nell'esperienza di tutti fossero aumentati i problemi negli adolescenti, come per altro quelli di coppia. L'altra cosa che abbiamo notato, in questo caso come Associazione, è stata una maggiore sensibilizzazione della scuola

che, in particolare quando accadevano eventi gravi e traumatici al suo interno, si attivava chiedendoci di intervenire. Da una parte abbiamo realizzato numerosi vademecum dedicati a bambini, agli adolescenti, alla didattica a distanza, ai bambini con disabilità; dall'altra siamo stati chiamati a fare quelli che noi chiamiamo 'debriefing psicologici'. Si tratta di una tecnica che mette insieme le persone che hanno condiviso eventi traumatici affinché con questa condivisione possono dargli una cornice comune e iniziare ad accoglierli dentro di sé. Questi debriefing li abbiamo, però, pensati non tanto per gli studenti, quanto per il corpo docente, poiché non essendo noi 'figure primarie' per i ragazzi, è preferibile intervenire sugli insegnanti, 'addestrandoli' a trasferire i nostri suggerimenti nella loro attività quotidiana in classe. Di questi ne abbiamo fatti 4 o 5 solo nel 2021: un dato assolutamente inusuale.

**La crisi è stata maggiore per i bambini o per gli adolescenti?**

I più piccoli hanno potuto affrontare questa fase come se si trattasse di un gioco e con cu-

GUARDA IL VIDEO



# EVOLVE

**IL NUOVO DISPOSITIVO PER COMUNICAZIONI VOCE E DATI IN TEMPO REALE - OVUNQUE - SU RETI BROADBAND E NARROWBAND**

Evolve consente comunicazioni senza interruzioni su qualsiasi rete con un unico dispositivo. Tecnologia all'avanguardia per unire i tuoi team sul campo.



**ROBUSTO E RESISTENTE**



**3G, 4G, LTE E WI-FI**



**MISSION-CRITICAL**



**ARCHITETTURA ANDROID APERTA**



**INTERFACCIA DI SEMPLICE UTILIZZO**



**IP68 (2 MT \* 2 ORE)**



Scopri di più su Evolve visitando il sito [www.motorolasolutions.com/Evolve](http://www.motorolasolutions.com/Evolve)



La disponibilità è soggetta alle leggi e alle normative dei singoli paesi. Tutte le specifiche illustrate sono tipiche, salvo altrimenti specificato, e sono soggette a modifiche senza preavviso. MOTOROLA, MOTO, MOTOROLA SOLUTIONS e il logo della M stilizzata sono marchi o marchi registrati di Motorola Trademark Holdings, LLC, utilizzati su licenza. Tutti gli altri marchi appartengono ai rispettivi proprietari. ©2021 Motorola Solutions, Inc. Tutti i diritti riservati. (04-21)





Il Dott. Diego Coelli, durante un incontro con colleghi psicologi del Triveneto

riosità. C'era la novità dell'uso delle tecnologie, computer e tablet, lo stare a casa con i genitori... Gli adolescenti, invece, si sono trovati ad avere inibite molte attività fondamentali della loro giornata: la scuola ma non solo, lo sport, la socialità, l'intimità e gli affetti, il festeggiare insieme momenti importanti della vita come un compleanno o la maturità.

**Anche da voi in Trentino risulta che ci sia stato un incremento nell'abuso di alcol e psicofarmaci?**

Non ne ho esperienza diretta né dati, che non siano alcune statistiche nazionali sull'uso di psicofarmaci e ansiolitici. Desumo che per il Trentino non sia stato molto diverso... D'altronde è ragionevole che ci sia, in situazioni stressanti come quella che stiamo vivendo, un incremento nell'uso controllato di questi farmaci che aiutano la salute mentale e alleviano le sofferenze delle persone, senza cioè che se ne abusino: è sintomo della capacità dell'individuo di prendersi cura di sé, sapendo noi benissimo come sia invece difficile aiutare le persone avvicinandole a un percorso psicoterapico.

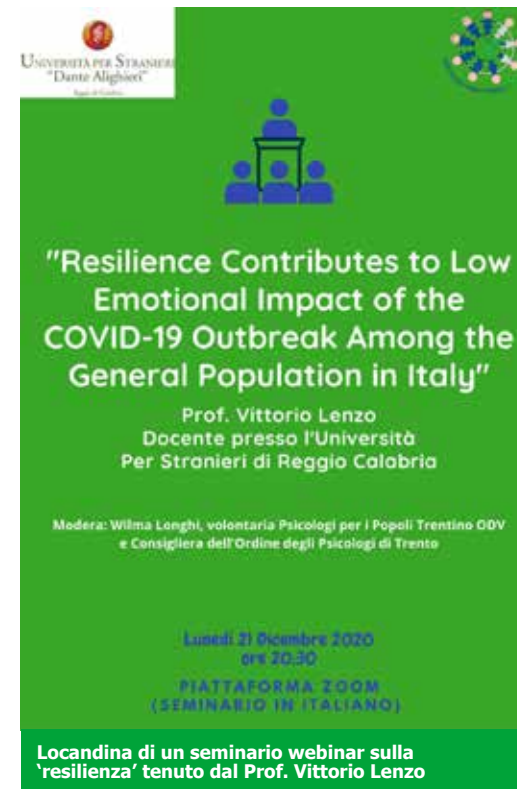


Gagliardetto digitale trasmesso ai partecipanti del XIII Campo Scuola, organizzato da remoto dalla Federazione Psicologi per i Popoli

Tuttavia abbiamo avuto testimonianza diretta che lo sportello telefonico ha permesso di raggiungere persone che mai saremmo riuscite a contattare 'in presenza'.

**Per quanto riguarda la pandemia, ci stiamo avvicinando a una situazione di maggiore normalità: sarà così anche psicologicamente?**

Certamente. Il ritorno alla normalità e alle abitudini precedenti farà bene alle persone. Tuttavia non mi stanco mai di predicare che tutto ciò deve essere graduale e razionale, non nevrotico, esasperato e di impulso mal gestito. Ho molto pensato a quanto è accaduto in Israele lo scorso 30 aprile, quando è stata celebrata un'importante ricorrenza religiosa, che nel 2020 non si era potuta tenere per il CoViD-19: la partecipazione straordinaria di 100.000 ebrei ortodossi alla celebrazione dell'evento e il crollo di una tribuna troppo affollata hanno causato 44 morti e 150 feriti. Abbiamo bisogno di tornare alla normalità e alla convivialità, ma senza esagerare. Non dobbiamo pensare di dover 'recuperare il tempo perduto'. L'ultimo anno,



Locandina di un seminario webinar sulla 'resilienza' tenuto dal Prof. Vittorio Lenzo

semmai, è stato un momento della nostra esistenza in cui abbiamo cambiato modo di vivere. Ha avuto molti lati negativi e tragici ma anche pregi: abbiamo scoperto cose nuove e utili. Anche su di noi. Chi ha potuto rallentare i ritmi della vita è stato portato, paradossalmente in un momento di grande distanziamento, ad avere rapporti maggiori e migliori con gli altri. Parlo anche dal punto di vista del volontario: mai come ora avevo interagito con i miei volontari in passato.

**Per voi dell'Associazione di Trento è una tradizione, nata con il vostro fondatore Dott. Luigi Ranzato, organizzare Campus estivi nazionali sulla psicologia d'emergenza a Marco di Rovereto. Quest'anno cosa accadrà, riprenderete?**

Abbiamo già inoltrato la richiesta al Dipartimento trentino per poterlo organizzare nel fine settimana del 10-11-12 settembre, ferma restando l'attenzione alla gestione della sicurezza di tutti. Attendiamo una risposta. Molto dipenderà dalla disponibilità dell'area di Marco di Rovereto, che al momento è utilizzata



La mega tensostuttura che domina il campo Scuola Antincendi e Protezione civile di Marco di Rovereto, dove prima della pandemia l'Associazione Psicologi per i Popoli - TN organizzava annualmente campi estivi, ai quali partecipavano psicologi dell'emergenza provenienti da tutta Italia



in attività legate alla pandemia. A fine aprile comunque abbiamo fatto un campo-scuola digitale, che ha avuto a mio avviso un ottimo risultato, visto che hanno partecipato persone da tutta Italia. Comunque sia, siamo desiderosi di tornare al più presto a confrontarci dal vivo con tutta la nostra comunità. Se non ora,

penso che potremo riprendere nel primo semestre 2022. Altra cosa molto importante per noi dell'Associazione trentina di Psicologi per i Popoli è che l'11 settembre 2021 festeggeremo i nostri primi vent'anni. Un anniversario che speriamo con tutte le forze di poter celebrare dal vivo. ■

Un laboratorio del campo scuola estivo del 2018



Foto di gruppo di partecipanti al campo del 2018



## Moduli Antincendio

NUOVO MODULO ALTA PRESSIONE

- Portata 60 litri minuto
- Pressione di esercizio 100 bar
- Motore benzina 23 HP
- Sistema di miscelazione brevettato FHP
- Pannello di controllo

