Recensione di “Psicologia dell’Emergenza: Scritti ed Esperienze”

scritto da Rivista Connessioni | 16 Settembre 2024

Libro di **Maria Teresa Fenoglio**
Kiwi (Magenes Editoriale S.r.l.), 2024, 252 pagine

Letto da **Noemi Guidone Mariotti**

Maria Teresa Fenoglio, una delle voci più autorevoli nel campo della psicologia dell’emergenza, ci offre un’opera affascinante e ricca di contenuti: “Psicologia dell’Emergenza: Scritti ed Esperienze”, un punto di riferimento fondamentale per chiunque operi o sia interessato ai contesti di emergenza.
Il libro esplora vari aspetti della psicologia dell’emergenza attraverso una combinazione di teoria, esperienze personali e strumenti pratici. La struttura è ben organizzata in capitoli che trattano le reazioni psicologiche, le tecniche di intervento e l’importanza dell’approccio empatico. La narrazione è avvincente e bilancia le informazioni teoriche con casi reali, offrendo così una comprensione approfondita e pratica delle dinamiche psicologiche in situazioni di crisi.

L’autrice adotta uno stile narrativo che rende la lettura avvincente, alternando concetti teorici a esperienze vissute. Questo approccio facilita la comprensione dei temi trattati e permette di cogliere l’applicazione pratica delle teorie in situazioni reali. Fenoglio apre una finestra sul mondo complesso e spesso traumatico delle emergenze, portando alla luce le reazioni psicologiche che le persone manifestano in situazioni di crisi. Le sue storie di intervento non sono semplici aneddoti, ma tasselli di un mosaico più grande che esplora l’animo umano di fronte all’inaspettato e all’imprevisto. Ogni capitolo offre uno sguardo profondo sulle dinamiche emotive e psicologiche che si sviluppano durante e dopo un evento traumatico, permettendo ai lettori di comprendere come la mente umana reagisce, si adatta e, infine, guarisce.

Il libro include esempi concreti che illustrano l'applicazione delle tecniche discusse. Per esempio, uno dei capitoli analizza un intervento psicologico dopo un terremoto devastante, mostrando come il Psychological First Aid (PFA) sia stato utilizzato per gestire le reazioni immediate dei sopravvissuti. L'autrice descrive come le sessioni di supporto individuali e di gruppo nei rifugi temporanei abbiano contribuito a ridurre l'ansia e facilitare la resilienza tra le vittime.

Un altro esempio significativo riguarda un intervento dopo un incidente di massa, in cui le tecniche di *debriefing* sono state implementate per affrontare il trauma collettivo e supportare i soccorritori. La conduzione di gruppi di discussione per aiutare i partecipanti a elaborare l'esperienza e identificare strategie di *coping* dimostra l'efficacia delle tecniche nel contesto reale e fornisce un *insight* prezioso sulle sfide specifiche affrontate.

Un aspetto distintivo del libro è la ricchezza di strumenti pratici e metodologici che Fenoglio mette a disposizione dei lettori. Non si tratta di semplici linee guida, ma di strategie validate e utilizzabili sul campo, frutto di anni di esperienza diretta. Tecniche di gestione dello stress, modalità di supporto psicologico e interventi di *debriefing* sono solo alcune delle risorse che i lettori troveranno nel testo. Questi strumenti sono presentati in modo chiaro e accessibile, rendendoli utili sia per i professionisti della salute mentale sia per coloro che, pur non essendo specialisti, si trovano a operare in situazioni di emergenza.

La narrazione dell'autrice è caratterizzata da un'empatia profonda e una comprensione autentica. Il suo stile di scrittura coinvolgente e personale consente ai lettori di entrare in contatto emotivo con le esperienze descritte, trasmettendo non solo i fatti ma anche le emozioni e le sensazioni vissute durante le crisi. Questo approccio rende le storie toccanti e memorabili.

Fenoglio sottolinea l'importanza di vedere le persone coinvolte nelle emergenze non solo come vittime, ma come individui con storie uniche e complesse. Promuove una visione più

umana e compassionevole, incoraggiando i lettori a considerare i sentimenti, le paure e le speranze delle persone coinvolte. Inoltre, fornisce strumenti per l'autoconsapevolezza e l'autoriflessione, aiutando i lettori a esplorare le proprie reazioni emotive e psicologiche alle emergenze. Questo processo di riflessione migliora la comprensione di sé e degli altri, favorendo una risposta più empatica e competente in situazioni di crisi.

Psicologia dell'Emergenza: Scritti ed Esperienze è un libro che non solo informa, ma ispira. È un'opera indispensabile per chiunque desideri comprendere e operare nei contesti di crisi. I professionisti della salute mentale troveranno in questo libro una fonte inesauribile di conoscenze teoriche e pratiche, mentre i soccorritori e gli operatori sociali potranno apprendere tecniche di intervento psicologico efficaci e validate. Fenoglio non solo ci fornisce gli strumenti per intervenire nelle emergenze, ma ci offre anche una guida per comprendere meglio noi stessi e gli altri in situazioni di crisi. L'autrice ci mostra come, di fronte alle emergenze, possiamo non solo sopravvivere, ma anche crescere e migliorare, sia come professionisti che come esseri umani.