

Le impronte della cura

Autori del poster:

Nadia Battistella, CPSE -Azienda Sanitaria Friuli Occidentale - Pordenone distaccata Università degli Studi di Udine Corso d Studi in Infermieristica - sede di Pordenone come tutor didattico

Augusta Calderan, docente Scuola Secondaria di Secondo Grado, counselor gestaltico e cantastorie

DESCRIZIONE DELLE ATTIVITA' SVOLTE

Le **Health Humanities** hanno costituito la cornice di riferimento per la progettazione degli incontri di formazione rivolti al personale sanitario del Policlinico San Giorgio di Pordenone. Il punto di partenza è stato la richiesta di fornire sostegno al personale, che è stato messo a dura prova a seguito della pandemia da *Covid 19*. Si è individuato un percorso che inizia con il contatto con la **fragilità** propria e quella degli altri, e procede con la sua esplorazione e infine accettazione. Questo porta ad una maggiore conoscenza di sé e dei propri desideri personali più profondi, che si traduce in una loro validazione. La nuova percezione di sé costituisce un cambiamento, foriero di una diversa prospettiva esistenziale, più nutriente che, a sua volta, si riflette su un ascolto più attento e ricco del sentire dei pazienti, limitando il rischio di incorrere nella *compassion fatigue*.

Si sono utilizzate quattro **fiabe, metafore delle tappe del processo**, che delicatamente hanno condotto i corsisti a contattare, esplorare, accettare la propria fragilità e usarla come risorsa per un cambiamento.

La **lettura espressiva**, la **condivisione in coppia e poi in gruppo**, la **scrittura autobiografica** e il **disegno** sono stati i metodi usati per aiutare a portare alla superficie i vissuti soggettivi, per facilitare il confronto, superare il senso di solitudine sperimentando nel gruppo la possibilità di trovare conforto e sostegno.

Gli incontri iniziavano con una breve meditazione mindfulness come gesto di cura nei confronti dei corsisti e come un momento di separazione tra il lavoro e il lavoro su di sé. Proseguivano con la lettura della fiaba, riflessione guidata, scrittura o disegno, lavoro in piccolo gruppo e poi in plenaria.

Nella foto la co-costruzione da parte di partecipanti e docenti dell'albero delle aspettative (1° incontro) e dei risultati ottenuti (4° incontro)



RIFLESSIONI SULLE PRATICHE DI CURA MESSE IN ATTO

Nelle loro restituzioni, a fine percorso, le partecipanti hanno comunicato la percezione di aver sviluppato la **consapevolezza della fragilità** come elemento connotato all'esistenza umana, il che apre loro, uno scenario di analisi e valorizzazione dei momenti meno felici, grazie alla convinzione, acquisita, di avere le **risorse per uscire dalle difficoltà** e di saperla tramutare in una **opportunità di crescita**, invece di affrontarla in automatico con reazioni stereotipate. Sanno che possono fermarsi, ascoltare sé e gli altri per decidere in modo adeguato. Unitamente a ciò c'è una intenzionalità a preservare la propria centratura. La centratura implica, per le partecipanti, **tacitare i pregiudizi, darsi tempo** per valutare le situazioni, arricchire il proprio **contributo personale** al contesto lavorativo e aprirsi di più alla collaborazione.

Il percorso di formazione e crescita si è sviluppato grazie alla condivisione di esperienze personali e di vissuti soggettivi, e all'accoglienza fiduciosa sia dei contenuti sia delle modalità di lavoro. Si è insistito molto sulla consapevolezza dei propri bisogni fondamentali e desideri profondi, il cui ascolto è fondamentale per il **benessere personale**, che rappresenta un punto di partenza per lavorare serenamente e per favorire una **elevata qualità assistenziale**.



Info e contatti poster:

Battistella Nadia: tel 3356614333
Email: nadiabattistella@gmail.com
Calderan Augusta: tel 3282594204
Email: augran@yahoo.it

Info e contatti convegno:

Rosa Introcaso: tel.
01515153218
Email:
rosa.introcaso@aslbi.piemonte.it