

5

SEZIONE

**Trauma e
homelessness**

5.1 Introduzione

In questa unità i partecipanti apprenderanno le nozioni di base sui traumi e su come influenzano le capacità funzionali, la salute e la qualità della vita della persona. L'unità esamina i sintomi della traumatizzazione e, in particolare, come influisce sulla regolazione dell'attivazione psico fisiologica. L'unità fornisce anche modi per ottimizzare la regolazione della vigilanza propria e del cliente. Alla fine dell'unità, viene spiegato come si intrecciano l'essere senzatetto e il trauma e perché la violenza, in particolare, è collegata al trauma nei i senzatetto.

5.2 Obiettivi formativi

- Apprendere cos'è il trauma
- Scoprire i diversi tipi di trauma
- Familiarizzare con la Window of Tolerance (vedi descrizione in Manuale JCS Capitolo 5)
- Scoprire i sintomi del trauma
- Acquisire strumenti per lavorare con persone traumatizzate
- Capire perché essere senza tetto è un evento traumatico
- Comprendere come le esperienze di violenza causino traumi

5.3 Piano della lezione

DURATA

2,5 h (150 min)

MATERIALI

- Manuale JCS
- immagini
- Penne, matite , evidenziatori, post-it
- Fogli di lavoro e case scenario



APERTURA DELLA SESSIONE (PROCEDURA)

Benvenuto e introduzione: il formatore introduce l'argomento e prende atto che il trauma è un argomento difficile. Il gruppo ha una breve discussione su cosa fare se l'argomento mette a disagio qualcuno. (Ad esempio, il partecipante può fare una breve pausa durante la formazione) 10min

CONTENUTI CONCETTUALI

- Unità 6 ATL Formazione,
- Capitolo 5 del Manuale JCS

NOTE/OSSERVAZIONI

Se possibile, il formatore si rende disponibile ai partecipanti dopo la sessione nel caso qualcuno avesse bisogno di supporto.

ATTIVITÀ 1	Cosa è il trauma?
DURATA	50 min
MATERIALI	Lavagne, carta, penne, Manuale JCS
RIFERIMENTO DISPENSE/FOGLIO DI LAVORO	Manuale JCS, Foglio di lavoro Unità 5. Attività 1. Cosa è il trauma



PROCEDURA DETTAGLIATA/ DESCRIZIONE	<p>1. Il formatore introduce il procedimento del World Café , (Il World Café è una metodologia che permette la discussione in piccoli gruppi su tematiche proposte dal facilitatore. Ciò permette una reale contaminazione e condivisione di idee e proposte e favorisce lo sviluppo di idee creative ed innovative.) come indicato di seguito. (5 minuti)</p> <p>Turni di piccoli gruppi: 3 tavoli con 3 temi diversi. I partecipanti sono divisi in 3 diversi gruppi e ogni gruppo prende posto a un tavolo.</p> <p>Il processo inizia con la conversazione di 10 minuti sul tema del tavolo. Un membro di ogni gruppo prende appunti della conversazione al fine di riferire i suoi argomenti principali agli altri gruppi al termine del processo.</p> <p>Gli argomenti dei tavoli sono:</p> <p>Tavolo A: <i>Trauma di tipo 1 (ovvero singoli eventi traumatici)</i></p> <p><i>Che tipo di situazioni traumatiche individuali può affrontare una persona nella sua vita?</i></p> <p>Tavolo B: <i>Trauma di tipo 2 (ad esempio: esperienze traumatiche ricorrenti e prolungate)</i></p> <p><i>Che tipo di eventi sono questi?</i></p> <p>Tavolo C: <i>Che tipo di eventi traumatici possono essere associati all'essere senza fissa dimora? (prima o durante questa condizione)?</i></p> <p><i>Alla fine dei dieci minuti, i gruppi si spostano a un tavolo diverso. Ogni gruppo prende posto a tutti e 3 i tavoli. (30 minuti)</i></p> <p>2. <i>Successivamente, i gruppi sono invitati a condividere gli approfondimenti o gli altri risultati delle loro conversazioni con il resto del gruppo allargato. Ogni gruppo inizia con l'argomento del tavolo che hanno frequentato per ultimo. Inizia il gruppo nel tavolo A, (quindi tavolo B e C.) Altri gruppi possono completare l'argomento dopo che il primo gruppo ha presentato le proprie considerazioni. Il formatore prenderà nota delle risposte e consegnerà successivamente il sunto ai partecipanti. (20 minuti)</i></p>
ALTERNATIVE/ SUGGERIMENTI	Per informazioni più dettagliate e suggerimenti per condurre World Café vedi The World Café Community Foundation. A <i>Quick Reference Guide for Hosting World Café</i> . 2015.

ATTIVITÀ 2	Apertura alla Window of Tolerance
DURATA	30 min
MATERIALI	Penne, Manuale JCS
RIFERIMENTO DISPENSE/FOGLIO DI LAVORO	Manuale JCS, Foglio di lavoro Unità 5. Attività 2. Window of Tolerance
PROCEDURA DETTAGLIATA/ DESCRIZIONE	<ol style="list-style-type: none"> 1. Il formatore introduce la Window of Tolerance e consegna a ciascuno il proprio foglio di lavoro. 2. Ogni partecipante compila individualmente il foglio di lavoro. (10 minuti) 3. I partecipanti si uniscono a coppie e discutono le proprie risposte. Insieme, scelgono i modi migliori per gestire le sollecitazioni e li annotano. (10 minuti) 4. Infine, ogni coppia condivide i propri suggerimenti per gestire le sollecitazioni con l'intero gruppo. Il formatore li annota e distribuisce il riassunto al gruppo. (10 minuti)

ATTIVITÀ 3	Il caso di Sandra
DURATA	30cmin
MATERIALI	Manuale JCS, penne
RIFERIMENTO DISPENSE/FOGLIO DI LAVORO	Manuale JCS, Il Caso di Sandra
PROCEDURA DETTAGLIATA/ DESCRIZIONE	<p>I partecipanti sono divisi in 2-3 gruppi e viene chiesto loro di leggere la storia di Sandra. Quindi viene chiesto di aprire il manuale JCS, al capitolo 5, la parte che elenca le varie forme di violenza. I partecipanti discutono e scrivono che tipo di violenze Sandra ha dovuto affrontare. (20 minuti)</p> <p>Dopo la discussione, i gruppi condividono i risultati più rilevanti con gli altri gruppi. (10 minuti)</p>



CHIUSURA DELLA SESSIONE	<p>SDovrebbe essere riservato un tempo sufficiente per completare la sessione (circa 30 min), poiché è importante che i partecipanti siano in grado di recuperare da un argomento difficile. Ci sono due attività per questo.</p> <ol style="list-style-type: none">1. Il partecipante seleziona un'immagine dalle schede immagine che riflette il suo stato d'animo in quel momento. Oltre a questo, scrivono un "messaggio di incoraggiamento", cioè qualcosa di carino che vogliono dire a se stessi in questa situazione.2. Ai partecipanti viene chiesto di sedersi in cerchio e ognuno, a turno, racconta il proprio stato d'animo, utilizzando un'immagine. (Circa 3 minuti per partecipante. Puoi usare un contaminuti per assicurarti che tutti abbiano lo stesso tempo).3. Infine, i partecipanti scelgono un compagno e si appartano in un luogo tranquillo. Ognuno a turno legge i "messaggi di incoraggiamento" dell'altro. Cioè, ogni partecipante ascolta il proprio messaggio detto dall'altro.
MATERIALI	Schede immagine, carta, penne
DURATA	30min

5.4 Bibliografia/ Webiografia

- <http://www.theworldcafe.com/wp-content/uploads/2015/07/Cafe-To-Go-Revised.pdf>

5

SEZIONE

**worksheet e
scenario del caso**



Accommodating a travelling **life**



Worksheet: Che cos'è il trauma?

Caffè dal mondo. Principali punti di discussione riassunti

Tabella A: *trauma di tipo 1 (ovvero singoli eventi traumatici)*

Che tipo di situazioni traumatiche individuali può affrontare una persona nella sua vita?

Tabella B: *trauma di tipo 2 (es. esperienze traumatiche ricorrenti e prolungate)*

Che tipo di eventi sono questi?

Tabella C: *Che tipo di eventi traumatici possono essere associati ai senzatetto*

(prima o durante i senzatetto)?

Worksheet: Finestra di tolleranza

LA FINESTRA DI TOLLERANZA

Iper attivazione, attacco/fuga
ansietà, ipervigilanza

Limite superiore

Stato
ottimale

Limite inferiore

Ipo attivazione, depressione,
disperazione, dissociazione



In quali situazioni ti senti molto attivato? Cosa percepisci a livello fisico?

Empty light blue box for notes.

Cosa ti aiuta a calmarti?

Empty light blue box for notes.

In quali situazioni ti senti scarsamente attivato? Cosa percepisci a livello fisico?

Empty light blue box for notes.

Cosa ti aiuta ad ottimizzare il tuo livello di energia?

Empty light blue box for notes.

Storia di Sandra

Sandra è sulla trentina, è arrivata in Spagna dalla Bulgaria 12 anni fa. Quando ha compiuto 18 anni, ha deciso di lasciare il paese dove viveva la sua famiglia, ma sua madre era una donna estremamente tradizionale e severa e non avrebbe permesso a sua figlia di uscire di casa fino a quando non si fosse sposata. A un certo punto, Sandra è stata avvicinata da un “amico di un amico” che aveva lavorato in Spagna e che le disse che poteva trovarle un lavoro come cameriera in Spagna nel ristorante di un suo conoscente. Sandra si è entusiasmata all’idea, fin da quando da adolescente guardava le serie TV spagnole era sempre stata attratta dall’ipotesi di andare in Spagna.

La madre di Sandra era categoricamente contraria e disse a sua figlia che, se avesse deciso di andarsene, tanto valeva non tornasse mai più. Sandra è partita per la Spagna per poi scoprire che non c’era alcun ristorante in cui lavorare. È stata portata in un “Club” alla periferia di Valencia, dove è stata costretta a prostituirsi, i proprietari del locale l’hanno minacciata, picchiata e violentata e per superare questo, Sandra ha iniziato a bere e ad usare droghe. Due anni dopo, durante un raid della polizia al club, riuscì a fuggire. Non ha potuto portare niente con sé; non aveva soldi, né documenti, né telefono. Temendo di essere seguita, è andata nella capitale dove ha vagato per le strade, praticando sporadicamente la prostituzione per coprire i suoi bisogni immediati di cibo e alcol che l’hanno aiutata a calmare le voci nella sua testa. Aveva ancora paura che gli uomini del “Club” potessero ritrovarla, motivo per cui non si fermava mai troppo a lungo in un posto e si spostava spesso da una città all’altra, evitava le altre persone, specialmente gli uomini.

Un giorno, un passante ha trovato Sandra incosciente per strada. È stata portata in ospedale. Quando si è svegliata, è andata nel panico, ha iniziato a urlare e a litigare con il personale dell’ospedale, era delirante e credeva che gli uomini del “Club” l’avessero trovata e la stessero tenendo prigioniera nuovamente. Una volta che si è calmata, ha chiesto di lasciare l’ospedale ma i medici non hanno acconsentito a dimetterla, date le sue condizioni credevano che potesse mettere in pericolo la sua vita e decisero di trattenerla e curarla per stabilizzare il suo stato di salute mentale. Le pillole che le davano le procuravano sonnolenza e vertigini, e pensava che non avrebbe dovuto prendere le medicine perché, in un momento di vulnerabilità come questo, gli uomini del “Club” potevano raggiungerla, quindi una notte scappò dall’ospedale e tornò in strada.

Un paio di anni dopo quell’incidente, gli operatori di strada di una ONG locale si sono avvicinati a Sandra. Hanno impiegato molto tempo per convincerla a parlare con loro.

Sembrava particolarmente diffidente nei confronti degli uomini quindi le fu assegnata un’assistente sociale donna, Marta, la quale ha lavorato a lungo per creare una relazione basata sulla fiducia con Sandra, ma quest’ultima non ha condiviso nulla del suo passato. Marta ha rispettato il diritto alla privacy della sua cliente e non l’ha spinta a condividere nulla di cui non si sentisse a suo agio.

Attualmente, Sandra sembra determinata a uscire dalla strada e disposta a cambiare le cose nella sua vita, ma in altri giorni evita Marta e altri professionisti o chiede loro di non avvicinarsi più a lei. Dati gli intensi e drammatici cambiamenti nell’umore di Sandra e i segni di allucinazione, Marta crede che Sandra abbia probabilmente problemi di salute mentale. Passa mesi cercando di convincere Sandra a contattare i servizi di salute mentale, ma lei si rifiuta regolarmente di farlo. Marta sente che più insiste, più Sandra diventa difensiva e più si alza la barriera tra lei e gli operatori. Marta e il suo team contattano una psichiatra in un centro sanitario locale per parlarle del caso di Sandra e chiederle di andare in strada per valutarne le condizioni, il dottore dice che il suo studio è sempre aperto a Sandra, e che sarà accolta volentieri, ma la donna deve andare di sua volontà perché non c’è la possibilità di estendere il servizio sulla strada.

Sandra non è ancora stata presa in carico dai servizi di salute mentale. Marta e il suo team hanno lavorato per aiutare Sandra a trovare un alloggio sociale, ma hanno difficoltà date le condizioni



mentali attuali e il rifiuto alla cura. Dal punto di vista legale, i servizi non possono intervenire per un trattamento obbligatorio fintanto che non si supponga che Sandra rappresenti un pericolo per sé o per gli altri, cioè finché non ci sarà una perizia psichiatrica e/o una denuncia di disturbo.

Domande per la riflessione

- 1.** Quali possono essere le ragioni per cui Sandra non vuole rivolgersi a un medico per valutare la sua salute mentale?
- 2.** Di cosa potrebbe aver bisogno Sandra per progredire nel processo di recupero? Che tipo di servizi potrebbero aiutarla?
- 3.** Pensi che il Peer Supporter potrebbe essere utile a Sandra? Se sì, in che modo?
- 4.** Pensa a una o più azioni che, in qualità di Peer Support Agent, potresti fare per supportare Sandra e aiutarla a impegnarsi nel processo di recupero.



Accommodating a travelling **life**

5

fine della sessione

Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

