

## **Ai pubblico**

Organizziamo, su richiesta e previa valutazione, debriefing qualificati per un aiuto psicologico o informazioni in caso di eventi traumatogeni.

Proponiamo corsi di formazione per interventi di debriefing individuale e di gruppo. Su richiesta forniamo informazioni sulla psicotraumatologia.

## **Ai membri**

Offriamo una formazione continua in Ticino e l'opportunità di seguire corsi fuori Cantone. Coinvolgiamo i membri che seguono regolarmente gli aggiornamenti nella partecipazione a debriefing di gruppo. Organizziamo serate tematiche.

## **Come diventare membri?**

Chi ha svolto con successo la formazione di debriefer può richiedere l'ammissione all'Associazione quale membro attivo.

Chiunque può invece diventare socio dell'Associazione pagando la quota sociale annua.

## **Contatti**

Debrisi  
Strada Regina 68  
6982 Agno  
info@debrisi.ch  
www.debrisi.ch  
+41 (0)91 605 37 65  
membro SV-PSNV



**Debrisi**  
Associazione Debrieger  
della Svizzera Italiana

## Chi siamo

### **L'associazione Debrisi è attiva in Ticino dal 2000.**

Raggruppa le figure professionali appositamente formate che intervengono in caso di problemi legati ad eventi traumatici. Il debriefer è una persona preparata e qualificata per esercitare la tecnica del debriefing. Ha inoltre la capacità e la sensibilità per avvicinarsi, attraverso il rapporto duale, all'aspetto psicologico di chi è stato protagonista o ha assistito a traumi psicologici (catastrofi naturali, incidenti, atti di violenza,...).

L'associazione si occupa sia della formazione di debriefer, sia degli interventi su chiamata in tutto il Cantone.

I suoi scopi sono:

- aiutare le persone che hanno subito un trauma
- garantire una buona qualità di formazione e di aggiornamento ai Debiefer
- sensibilizzare l'opinione pubblica, i partners del soccorso e tutte le istituzioni nella prevenzione delle conseguenze negative dovute a traumi (a potenziale esposizione di traumi particolari).
- mantenere, rafforzare e coordinare le attività ed i legami tra i Debiefer

Debrisi è membro della Schweizerische Vereinigung Psychosoziale Notfallversorgung SV-PSNV



## Cos'è il debriefing

Il debriefing non è una terapia, ma un colloquio strutturato attraverso il quale si aiuta la persona colpita da trauma ad esprimere le sue prime reazioni, i suoi meccanismi riguardanti la gestione dello stress in un tempo il più vicino possibile all'evento shock o traumatogeno e aiutandola ad elaborare le reazioni psichiche e fisiche legate all'evento.

## Evento traumatico

È definito evento traumatico qualsiasi situazione che porta le persone a provare reazioni emotive particolarmente forti, tali da interferire con le loro capacità di agire sia al momento sia in seguito. Non tutti gli eventi critici possono però essere considerati traumatici. A dipendenza del vissuto del singolo, l'evento lo può diventare.

Dopo un incidente, una violenza, una catastrofe collettiva o individuale, le persone colpite possono reagire rimanendo molto scosse da un evento che continua a turbarle. Tutto ciò può portare a mettere in discussione valori, certezze e a volte anche le relazioni personali. Si tratta di reazioni NORMALI.

Reazioni specifiche dopo un disastro o una calamità:

- sentirsi sopraffatti, non riuscire a dormire, essere iperattivi, provare paura anche in un ambiente sicuro, essere impazienti ed aggressivi; i bambini si aggrappano alle persone di riferimento, diventano piagnucolosi o aggressivi;
- essere ripetutamente scossi dall'evento traumatico pur cercando di non pensarci. Di giorno appaiono i cosiddetti "flashback" oppure di notte gli incubi;
- cercare di diventare insensibili per evitare di rivivere lo shock dell'evento (contemporaneamente ci si rende però insensibili anche alle cose ed emozioni belle). A volte si evitano situazioni che potrebbero ricordare e far rivivere il disastro;

Queste sono tutte reazioni normali ! Indicano che la vittima sta per superare l'evento traumatico e che la psiche ed il cervello stanno facendo del loro meglio per sopravvivere ed integrare quanto è accaduto.