

# Identikit del volontario

Un ritratto delineato da una "conoscitrice di anime", la psicologa dell'emergenza Marta Viappiani, spesso intervenuta a curare le ferite di chi, dopo una catastrofe, ha subito perdite dolorose, ma anche di chi se ne è preso cura come volontario soccorritore. Ne viene fuori un profilo che è anche un elogio a quella parte di umanità spesso definita come la migliore



■ di **Marta Viappiani**

Chi, oggi, preferisce spendere il proprio tempo libero per portare un sorriso a bambini con dei disagi anche temporanei (esempio nelle ospedalizzazioni), una compagnia ad anziani soli o in RSA, un supporto e cura di animali (canili, gattili)? Chi, alla chiamata di un allarme che sia Natale, che sia di

notte, che sia in un attimo di riposo dopo aver svolto la propria attività lavorativa esce di corsa lasciando magari gli affetti a casa per portare il suo aiuto e sostegno a chi ne ha bisogno? Chi ha voglia di regalare il suo tempo, le sue capacità, le sue energie, con qualsiasi condizione meteo (temporali, neve, al caldo torrido e al freddo gelido) a chi chiama aiuto? E' il volontario. Ma

chi è questa persona? Proviamo a tracciarne il profilo.

### Tratti distintivi e personalità

In primis il volontario rappresenta una persona dinamica, attenta, volenterosa, capace, giovane nell'animo e nelle idee, pronta a portare un aiuto, ad ascoltare, disponibile, a volte impulsiva, passionale, meticolosa ed impegnata.



Un identikit non facile da delineare, perché si tratta di una realtà che ha più sfaccettature; infatti, rappresenta tutti gli strati professionali, è presente in tutti i livelli di scolarità oltre che in ogni età. Il volontario è formato, preparato ed esperto, grazie alla preparazione ottenuta sul campo, nelle esercitazioni ma anche attraverso corsi di formazione continuamente proposti.

Il volontario è una persona positiva, presente, accogliente, preparata e sorridente, che ha deciso di mettere a disposizione di chi ha bisogno di un aiuto, in modo del tutto gratuito, il suo tempo, le sue risorse, le sue energie, il suo ottimismo, le sue capacità. È colui che aiuta indistintamente senza pretendere nulla in cambio, che sorride e accoglie i problemi delle

■ **Marta Viappiani**, Psicologa e Psicoterapeuta, Formatrice nell'ambito della Psicologia dell'Emergenza, Responsabile dell'Equipe Psicosociale per le Emergenze, NIP, Protezione civile, Presidente A.P.S. "Impronte...nell'Anima"

«Il volontario è una persona positiva, presente, accogliente, preparata e sorridente, che ha deciso di mettere a disposizione di chi ha bisogno di un aiuto, in modo del tutto gratuito, il suo tempo, le sue risorse, le sue energie, il suo ottimismo, le sue capacità»

cercando una risposta alla domanda che soddisfi il suo "essere", che sente fortemente il valore della vita e lo trasforma in dono per gli altri, che vive la sua vita, e i problemi che questa comporta, in una dimensione di continuo rapporto/relazione con gli altri.

### Le leve motivazionali che spingono un cittadino a fare volontariato

La psicologia ha cercato di dare alcune risposte. Le motivazioni



persone che vivono un momento di fragilità per molteplici cause (terremoti, alluvioni, incidenti, persone scomparse). E' capace di montare un'intera tendopoli per 4/500 persone, bagni e mense attive e organizzate in una sola notte, è capace di mettere a proprio agio persone che hanno perso tutto, di camminare per ore e ore alla ricerca di una persona scomparsa in qualsiasi condizione meteo e così via. Il volontario è una persona che ha fatto considerazioni significative sul valore della vita,



possono essere di varia natura e cambiano da individuo a individuo; infatti, possono essere consapevoli o inconsapevoli, di natura personale (vedi familiarità o eventi critici vissuti), culturale, religiosa, politica. La *motivazione*

del volontario la si legge nelle azioni, nei comportamenti, nelle presenze, nelle disponibilità e nei risultati ottenuti. Può essere il desiderio di mettere in pratica riflessioni interiorizzate sui valori della vita: la solidarietà, l'amicizia, la

gratitudine, la sincerità, la saggezza, l'empatia, la non violenza, la qualità della vita, e, osservando un volontario all'opera con qualunque colore di divisa indossata, non si potrà fare a meno di vedere e toccare con mano come questi

valori facciano parte della persona stessa. Inoltre, che si sia anziani, adulti o giovani, una cosa è certa: fare volontariato produce "benessere psicologico" sia nel dare che nel ricevere, spesso espressione di una scelta che crea serenità. Infine, vi è l'intenzione di alleviare con le proprie azioni le sofferenze di chi ha subito traumi o di chi non ha più nulla, è disorientato e sotto shock; è per questo che le intenzioni e le partenze dei volontari (specie alle prime armi), vengono sempre vissute con trepidazione, gioia ed entusiasmo, anche se il contatto con la sofferenza crea timori di non essere in

grado di gestirla (non solo quella dell'altro ma anche e soprattutto la propria).

#### Dubbi e turbamenti

A questo proposito, le domande che durante le Formazioni o le Emergenze ci si sente porre più spesso sono: «Sarò in grado di farcela qualsiasi richiesta mi

«Le motivazioni, consapevoli o inconsapevoli, che spingono un cittadino a fare il volontario sono molteplici. Possono essere, di natura personale dovuta a familiarità o eventi critici vissuti, culturale, **dazione, gioia ed entusiasmo, anche se il contatto con la sofferenza crea timori di non essere in grado di gestire non solo quella dell'altro ma anche e soprattutto la propria**»



si ponga? Sarò all'altezza della situazione? Riuscirò a mantenere la capacità, la concentrazione e il mio sangue freddo per operare anche in base a ciò che mi aspetta (disagi, turbamenti emotivi, attacchi di panico delle

persone, e così via)»? E questa è la grandezza e la forza del volontario che, con umiltà, chiede e si interroga sulle sue forze e possibilità di riuscita dell'evento cui è chiamato. E' una grande forza l'umiltà, a differenza di ciò che i più pensano scambiandola per debolezza. Ogni emergenza mette a dura prova ed è una grande e arricchente esperienza di vita. Esperienza dalla quale c'è tutto da imparare, sempre.

#### Le raccomandazioni della psicologia a tutela e protezione del volontario

Presti attenzione agli sforzi e ai turni di lavoro: può/deve chiedere aiuto ai colleghi; valuti sempre la sua disponibilità e impari a dire NO all'occorrenza; infatti, se se non si sente adatto o non sufficientemente riposato può mettere a rischio, oltre se stes-

■ Volontari dell'equipe psicosociale EPE-NIP di Parma durante un esercitazione



so, anche tutta la squadra; tenga a mente e in modo chiaro le sue abilità/capacità ed eventualmente chiami i più esperti per evitare rischi e pericoli; tenga monitorate le sue motivazioni, sempre. Spesso, infatti, il volontario tende a fare tutto, a non accettare limiti o difficoltà (il sonno per esempio, tanti dormono un'oretta e via), non accetta di non poter risolvere e aiutare tutti, desidera essere d'aiuto e quindi

essere sempre presente. Una raccomandazione pratica ai volontari è proprio di valutare con estrema accuratezza qual è il limite reale della disponibilità e di operare tenendosi sempre al di sotto di quel limite. Mai superare quel limite, diverso per ognuno.

Volontari specializzati (psicologi, assistenti sociali) svolgono anche funzioni di sostegno psicologico a chi è stato provato dal disastro e di aiuto per facilitare la normalizzazione di stati emotivi compromessi dal trauma. Sempre presenti nelle emergenze e

a disposizione sia delle vittime che dei volontari.

Qualcuno ha scritto che il mondo del volontariato è "un arcipelago molto vario e proprio per questo difficile da rappresentare e da raccontare" e io concordo, così come tutti possiamo essere d'accordo anche sul fatto che esso costituisca il frutto di un profondo senso di altruismo sociale.

Per non parlare dell'importanza della scelta di fare volontariato da parte dei giovani, soprattutto oggi in pandemia e isolati dal contesto sociale e relazionale. Tale scelta rappresenta, infatti, un'occasione positiva di apprendimento di svariate abilità, di relazioni e di confronto sociale, assimila quella disposizione d'animo fondamentale (tipica del volontario) che fa dell'impegno di solidarietà una costante mentale e operativa per tutta la vita, diventando il fondamento di un atteggiamento maturo e definitivo che caratterizza il cittadino adulto.

