



Associazione Volontari Ospedalieri onlus

VOLONTARIATO E RELAZIONE DI AIUTO

*Guida sintetica per conoscere ed affrontare la
sfida del volontariato nella sanità*

*Corrado Medori, psicologo clinico, volontario AVO Roma
Montesilvano, 29 maggio 2022*

LE MOTIVAZIONI DI QUESTO LAVORO

- Fornire una sintesi di elementi che secondo la mia esperienza si sono mostrati utili per la formazione di nuovi volontari
- Proporre una concezione della relazione di aiuto che tenesse conto delle nuove acquisizioni delle neuroscienze
- Valorizzazione del significato e del ruolo della appartenenza associativa
- Mostrare, attraverso esempi già felicemente sperimentati, come l'AVO abbia iniziato ad aprirsi a nuovi orizzonti e sempre più dovrà farlo per rimanere aderente alla propria «mission».

LE MOTIVAZIONI DI QUESTO
LAVORO

UNA SINTESI DI
ARGOMENTI UTILI
PER ACCOSTARSI AL
VOLONTARIATO
NELLA SANITÀ

SINTESI RIASSUNTIVA

1. Genesi del comportamento di aiuto
2. Meccanismi neuro-biologici della relazione di aiuto
3. Caratteri psicologici utili per la costruzione della relazione di aiuto
4. Capacità e strumenti utili per il volontariato nella sanità
5. Conoscenza delle dinamiche psicologiche del paziente ricoverato
6. Appartenenza associativa e identità del volontario
7. Il rischio del Burnout nella relazione di aiuto
8. Specificità del volontariato nell'ospedale pediatrico
9. Il volontario di fronte alla sfida della malattia mentale
10. I benefici del volontariato: aiutando l'altro aiuti te stesso

LA GENESI DEL COMPORTAMENTO DI AIUTO

Lo studio del comportamento di aiuto ne ha evidenziato tre determinanti:

- Determinanti biologiche, che rimandano alle caratteristiche genetiche della specie
- Determinanti psicologiche, che rimandano alle caratteristiche individuali
- Determinanti sociali, che rimandano alle caratteristiche dell'ambiente in cui l'individuo vive.

**LE MOTIVAZIONI DI QUESTO
LAVORO**



**L'IMPORTANZA DEI
MECCANISMI
NEUROBIOLOGICI**

MECCANISMI NEUROBIOLOGICI

Queste scoperte sono state possibili grazie a nuove tecnologie (risonanza magnetica nucleare funzionale) che permettono di vedere cosa succede nel cervello di un soggetto mentre riceve delle stimolazioni dall'esterno, ambiente o persona

Ciò mostra che la presenza, l'ascolto, il sostegno, l'accompagnamento che i volontari pongono a chi soffre hanno un valore terapeutico

La relazione d'aiuto può attenuare reazioni depressive o d'ansia, che sono in antagonismo con il sistema immunitario, e aiutare così il paziente

La ricerca scientifica sta focalizzando l'attenzione su quei fattori psicologici che influenzano il decorso di una patologia e la risposta a una terapia.

L'ABBANDONO DANNEGGIA IL MALATO



Una condizione di abbandono e di solitudine danneggia il malato Perché è una condizione psicologica negativa, che provoca una sofferenza

Questa sofferenza si somma alla sofferenza provocata dalla malattia

Ma è ancora più dannosa perché il cervello di chi è solo non rilascia quelle sostanze neurochimiche che possono aiutare il malato nella guarigione.

LA RELAZIONE D'AIUTO STIMOLA FATTORI TERAPEUTICI ENDOGENI

Una persona che offre partecipazione e attenzione ad un'altra persona che soffre ed è in ansia per la propria condizione, innesca vari processi:

- Può attenuare l'attivazione dell'asse ipotalamo-ipofisi-surrene, contrastando la depressione del sistema immunitario
- Può stimolare la produzione di dopamina, che attiva le vie nervose che inibiscono il dolore
- Può stimolare la produzione di ossitocina, che incrementa le aspettative positive e facilita l'effetto delle terapie.

LA «COMPRESIONE» RINFORZA LA «MOTIVAZIONE»

Questo è un potente fattore motivante: la comprensione dei meccanismi neurobiologici che rendono efficace la relazione di aiuto

Ritengo sia un concetto fondamentale: comprendere come «funziona» quello che facciamo «rafforza» la nostra motivazione a farlo.



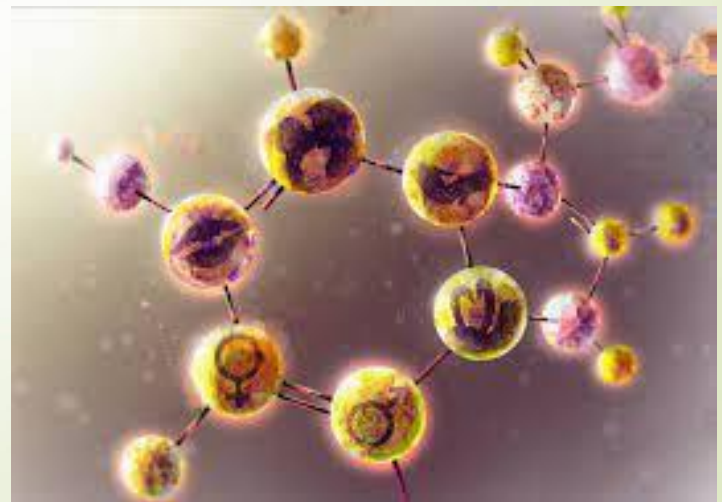
LA «SPIEGAZIONE SCIENTIFICA» RINFORZA LA «MOTIVAZIONE»

Viviamo in una fase di grande progresso della scienza
Non dobbiamo limitarci a spiegazioni che hanno un ruolo indiscutibile ma che non spiegano tutto:

- Convincimenti Etici
- Convincimenti Religiosi
- Convincimenti Politici e/o Sociali

È indubbio che la persona del XXI° secolo tragga motivazione anche dalla consapevolezza scientifica del valore delle proprie azioni

La «relazione di aiuto» è un fattore terapeutico concreto
Perché stimola il SNC del malato al rilascio di fattori che aiutano il processo terapeutico.



PSICOLOGIA, CAPACITÀ, PAZIENTI

- Caratteri psicologici utili per la costruzione della relazione di aiuto
- Capacità e strumenti utili per il volontariato nella sanità
- Conoscenza delle dinamiche psicologiche del paziente ricoverato.

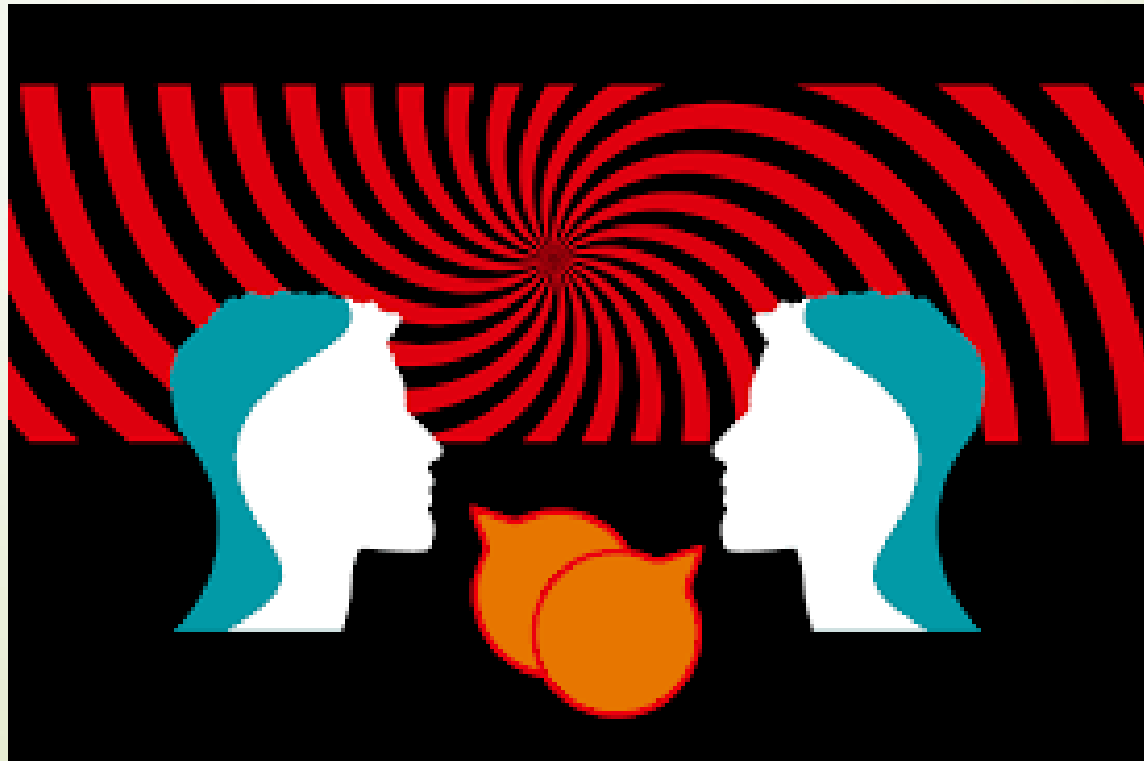
**LE MOTIVAZIONI DI QUESTO
LAVORO**

**SIGNIFICATO
DELLA
ORGANIZZAZIONE
ASSOCIATIVA**



SIGNIFICATO E RUOLO DELLA APPARTENENZA ASSOCIATIVA

La struttura organizzativa non è solo la struttura
portante dell'Associazione
È anche strumento di dialogo tra individuo e Avo



ASSOCIAZIONE & INDIVIDUO

Dialogo che consente all'Associazione di aiutare il singolo nell'integrarsi nelle finalità associative

Debolezze della struttura organizzativa fanno sì che i volontari siano lasciati a se stessi, con effetti negativi:

- La persona ha poco chiari compiti e scopi del proprio lavoro
- Tende a scivolare verso demotivazione e defezione
- È spinta a supplirvi sostituendo sue finalità e modalità operative a quelle, non chiarite, dell'Avvo
- Ciò può alterare scopi e mission della Associazione.

SOSTENERE I VOLONTARI, CONTRASTARE IL «BURNOUT»

L'appartenenza associativa ha un ruolo importante nel contrastare il rischio di Burnout

Il Burnout è una sindrome di esaurimento, fisico ed emotivo, di depersonalizzazione, di diminuzione della gratificazione personale

Esso può manifestarsi più facilmente nelle attività che implicano una relazione di aiuto



SOSTENERE I VOLONTARI, CONTRASTARE IL «BURNOUT»

All'origine del Burnout possiamo avere:

- Sia fattori relativi ad una vulnerabilità individuale



SOSTENERE I VOLONTARI, CONTRASTARE IL «BURNOUT»

- Sia fattori relativi ad elementi di criticità della struttura organizzativa di volontariato



AIUTARE LA VULNERABILITÀ INDIVIDUALE

Per quanto riguarda la vulnerabilità individuale, l'AVO deve essere attenta ai bisogni personali dei volontari

- Il bisogno di sicurezza, ossia la necessità di conoscere e padroneggiare il contesto in cui si agisce:
è soddisfatto dalla chiarezza delle regole, dei ruoli, delle responsabilità
- Il bisogno di appartenenza:
trova soddisfacimento in una realtà associativa che faciliti la socializzazione e promuova la collaborazione
- Il bisogno di stima:
è soddisfatto se si vedono riconosciute le capacità e l'impegno individuali
- Il bisogno di autorealizzazione:
trova soddisfazione nella assegnazione di responsabilità e nel riconoscimento di margini di autonomia decisionale.

«BURNOUT» E CARENZE DELLA ORGANIZZAZIONE

Per quanto riguarda le criticità organizzative, l'AVO deve prestare attenzione specificamente a:

- Distribuzione di compiti e funzioni; si deve tenere conto di limiti e capacità dei singoli
- Ambiguità dei ruoli; devono essere definiti chiaramente
- Sovraccarico; non si deve assegnare un lavoro eccessivo al singolo
- Monotonia dei compiti; saper variare gli impegni è un modo per combattere lo stress
- Struttura di potere; si deve prevedere che l'individuo possa partecipare ai processi decisionali, agli opportuni livelli
- Turnazione stressante
- Assenza di riconoscimenti; un semplice riconoscimento verbale contrasta lo stress.



**LE MOTIVAZIONI DI QUESTO
LAVORO**

**EVOLUZIONE DELL'AVO.
APERTURA A
«NUOVI ORIZZONTI»**

ALCUNI IMPORTANTI CAMBIAMENTI

- Negli ospedali i ricoveri hanno tempi sempre più brevi
- Si sono ampliati, e sempre più lo saranno, i posti letto in strutture riabilitative e di lungodegenza
- Con un ruolo sempre maggiore delle RSA per la popolazione anziana
- La medicina di base, talvolta ancora carente, dovrà aumentare il suo raggio di intervento
- In particolar modo attraverso l'istituzione di nuove «Case della salute»
- L'assistenza psichiatrica deve colmare un grosso ritardo nello sviluppo delle sue articolazioni territoriali
- L'invecchiamento della popolazione esige maggiori cure e assistenza, ma scarseggiano le disponibilità economiche, specialmente in termini di ampliamento del personale.
- Ne consegue un incremento della assistenza domiciliare

LA SOLITUDINE: COSA PUÒ FARE IL VOLONTARIO AVO - I

L'incremento della popolazione anziana, accompagnata spesso da solitudine, indica la necessità, accanto alla cura, della prevenzione e della promozione della salute

Prevenire le patologie e promuovere la salute sono elementi cruciali per evitare la cronicizzazione di patologie invalidanti: a ciò l'Avo può contribuire

Non bisogna attendere che l'anziano o un familiare segnalino una patologia ormai conclamata

Occorre creare canali efficaci di comunicazione tra anziano e strutture sociali e sanitarie

Canali in grado di promuovere l'adozione di «comportamenti salutari» nella persona anziana

Canali in grado di cogliere fin dai primi segnali una patologia.

LA SOLITUDINE: COSA PUÒ FARE IL VOLONTARIO AVO - II

Le strutture di assistenza sociale e sanitaria dei Comuni e delle ASL è difficile abbiano risorse umane sufficienti per compiti così estesi

È necessario che il volontariato faccia la sua parte affinché non si contragga ulteriormente l'intervento dei Servizi pubblici

Riassumiamola nello slogan «adotta un anziano»

Il volontario può collaborare con le strutture territoriali sanitarie e sociali

Può farsi carico di intrattenere rapporti costanti con singoli anziani (a domicilio, per telefono, ecc.)

Può avere il compito - sulla base di specifici corsi formativi - di cogliere «segnali premonitori di patologie» e trasmetterli ai curanti.

LA SOLITUDINE: COSA PUÒ FARE IL VOLONTARIO AVO? - III

Il volontario Avo è forse il più adatto ad intervenire su questa che possiamo definire una «pandemia sottovalutata»

La *mission* dell'Avo è riassumibile nelle ben note parole d'ordine:

Accoglienza - Accompagnamento - Ascolto -
Presenza

Quello che l'Avo deve fare, nella realtà odierna, è solo ampliare l'orizzonte del proprio intervento

Dalla corsia ospedaliera all'Ambulatorio, alla Casa della salute, al domicilio della persona

I luoghi dove si manifesta oggi la fragilità che aggrava le altre fragilità: la solitudine.

GRAZIE PER L'ATTENZIONE
(spero di non avere annoiato troppo)



Corrado Medori, psicologo clinico, volontario Avo Roma