

I COMPLESSI DELICATI RAPPORTI TRA CHI SOFFRE E CHI AIUTA

A differenza di un tempo la partecipazione non è più un compito da assolvere nel nome di un ideale di gruppo. Si opera anche per la costruzione della giustizia sociale e del dialogo. Positiva esperienza con gli Amici del Cuore di **Antonella Varetto*** (*Ex *Dirigente Psicologo Città della Salute e della Scienza di Torino*)

La riflessione sulle caratteristiche e valori portanti del volontariato non può non partire dal sottolineare come la solidarietà organizzata, anche dal punto di vista psicologico sia interprete del disagio culturale, ambientale e soprattutto sociale, sulle quali opera per la costruzione della giustizia sociale e del dialogo.

Il paziente, quando diventa tale, muta la sua identità, a vantaggio di una nuova "identità da ammalato", e con esso cambia la sua famiglia;ogni esperienza solidale del volontariato implica il contatto fra chi offre l'aiuto e coloro che se ne possono avvalere a partire da una condizione di disagio-bisogno, nella conoscenza e profondo rispetto per queste dinamiche di cambiamento correlate, nello specifico del volontariato in ospedale, alle malattie.

Oggi, differentemente da ciò che accadeva un tempo, la partecipazione volontaristica non è più un compito da assolvere nel nome di un ideale di gruppo, ma una scelta autonoma di esercizio del proprio spirito di solidarietà, condizionata da fattori quali la disponibilità di tempo, di denaro, dalla struttura favorevole del nucleo familiare o dalla presenza di condizioni quali il pensionamento.

Tale scelta comporta, inevitabilmente, un profondo coinvolgimento emotivo, che è un fattore che rende difficile l'arruolamento e la persistenza delle motivazioni, esponendo anche il volontario a rischio di stress: di qui la necessità sempre più sentita di una specifica formazione per i volontari.

Tanti i fattori psicologici che favoriscono l'attività del volontariato: il coraggio, inteso come la capacità di accogliere la sofferenza, pur sentendosi talvolta impotenti di fronte ad essa, l'umiltà che consente di riconoscere che non si finisce mai di imparare, la comprensione dei problemi dell'altro, senza cadere nel pietismo, cercando piani comuni di intesa, la capacità di ascolto, la giusta identificazione con l'altro, sentendosi non troppo vicini e non troppo lontani da chi sta soffrendo, l'ottimismo, la costanza di rimanere in contatto con gli aspetti dolorosi senza farsi travolgere e scappare via, la pazienza per recare sollievo agli altri, la fantasia per creare un clima mobile e ottimistico e la disponibilità che consente un impiego sereno delle proprie energie.

Vanno sottolineati con altrettanta forza, tuttavia, anche gli ostacoli psicologici all'attività del volontario: motivazioni troppo forti, quali il decidere per il volontariato dopo esperienze traumatiche o in seguito a intensi bisogni di riscatto, o ancora slanci eccessivi ed impulsività sono caratteristiche che nascondono fantasie destinate ad infrangersi presto, nella pratica quotidiana di un volontariato serio, portando con sé delusione e demotivazione, così anche come motivazioni quali l'impiegare il proprio tempo, in attesa di qualcosa di più gratificante o il conformismo che porta a far qualcosa di utile perché "si deve fare del bene" non sostengono a lungo una seria attività da volontario.

Concludo con due parole sulla mia esperienza diretta con i gruppi di volontariato in particolar modo pensando al più recente incontro, quello con gli **Amici del Cuore** con i quali abbiamo iniziato un percorso di formazione.

L'energia che essi dimostrano è grande, ma ancora più importante, dal mio punto di vista, è la profonda autoconsapevolezza con la quale esprimono la forte motivazione al raggiungimento di un obiettivo "professionalizzante": l'essere un buon volontario, ben inserito in un contesto non facile come quello di un grande ospedale, continuando ad arricchire ed arricchirsi di preziose esperienze umane ed emotive.