



SAPIENZA
UNIVERSITÀ DI ROMA

RESILIENZA

Corso Prof. Julita Sansoni (Studenti LM Medicina)



Patrizia Cernicchi

RESILIENZA

Dal latino
resalio,
iterativo di *salio*,
cioè **saltare**.



«Capacità di un materiale di
assorbire energia elasticamente
quando sottoposto a un carico o a
un urto prima di giungere a rottura»

(www.treccani.it/Enciclopedia della Scienza e della Tecnica)

RESILIENZA

PSICOLOGIA:

Studi importanti a partire al dopo guerra, dal 1955 viene effettuata una ricerca su 698 neonati, di un'isola delle Hawaii, esposti a diversi fattori di rischio (nascita difficile, povertà, problemi di alcolismo, malattie mentali, aggressività etc.).

*Si immaginava che questi neonati avessero una prognosi negativa per disagio psichico e/o sociale, in realtà, **un terzo** di questi bambini, erano riusciti in età adulta a migliorare la loro condizione di vita ed erano diventati adulti in grado di avviare relazioni stabili, che si impegnavano sul lavoro e si prodigavano per gli altri.*

(Werner & Smith, 1992)

RESILIENZA



Cosa caratterizza gli esseri umani resilienti ?
Quali sono i fattori protettivi, i percorsi ed i processi psicologici che permettono la risoluzione positiva quando si incontrano condizioni di vita critiche e sfavorevoli ????



RESILIENZA

Fattori individuali

- Autostima, Autoefficacia, Autonomia
- Capacità di problem solving
- Strategie di coping
- Senso dell'umorismo
- Empatia

Fattori relazionali

- Qualità delle relazioni familiari
- Qualità delle relazioni amicali
- Sostegno sociale

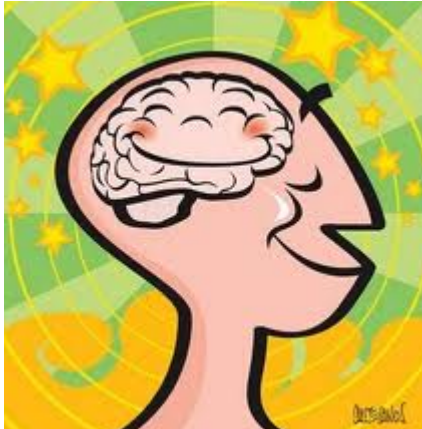
Fattori sociali

- Integrazione
- partecipazione attiva

RESILIENZA

PSICOLOGIA POSITIVA

movimento che sposta l'attenzione dal precedente interesse, la malattia, la sofferenza, e la patologia, alle caratteristiche ed ai predittori di buon funzionamento psicologico, come la costruzione di capacità positive, in una filosofia di prevenzione e di sviluppo delle potenzialità e del benessere.



«Studia le condizioni e i processi che contribuiscono al Flourishing, o “stato ottimale” del funzionamento delle persone, dei gruppi e delle istituzioni».

(Gable e Haidt, 2005)

RESILIENZA

1979	Rutter	La resilienza è la capacità di evolversi anche in presenza di fattori di rischio
2000	Luthar	La resilienza è caratterizzata da una traiettoria sostanzialmente stabile di funzionamento sano o da una prontezza nel recupero delle normali condizioni psicofisiche
2001	Masten	La resilienza è la capacità di una persona di adattarsi con successo a stress acuto, traumi o forme più croniche di avversità
2004	Tusaie	La resilienza è un processo dinamico che si traduce nell'adattamento a un contesto complesso per la numerosità e l'imprevedibilità delle variabili
2009	Wagnild & Collins	La resilienza è la capacità di adattarsi o "riprendersi" dopo delle avversità e sfide, connota la forza interiore, la competenza, l'ottimismo, la flessibilità e la capacità di far fronte in modo efficace alle avversità.

RESILIENZA



RESILIENZA



RESILIENZA

Esaurimento emotivo degli operatori delle « helping professions »

La domanda di prestazioni lavorative crescenti, associata al minor numero di operatori, alla tecnologia sempre più sofisticata e alle modificazioni dei rapporti con i pazienti e familiari, ha portato a una bassa soddisfazione sul lavoro e ad un notevole aumento delle sindromi da esaurimento emotivo «Burnout» con conseguente aumento del tasso di assenze da parte del personale e diminuzione della qualità e della sicurezza delle cure dovute alla spersonalizzazione, al cinismo....

L'autostima, il senso di coerenza, una personalità positiva promuovono l'adattamento allo stress, la resilienza sono invece fattori importanti i prevenzione

RESILIENZA

Gestione dello stress nelle situazioni critiche

La resilienza" è stata definita in vari modi, tra cui «la possibilità di riprendersi o recuperare dallo stress, di adattarsi alle circostanze stressanti, di non ammalarsi non ostante le avversità, e di funzionare al di sopra della norma a dispetto dello stress o del disagio».

(Carver, 1998; Tusaie & Dyer, 2004)

Le persone resilienti sono in grado di superare le avversità in modo più agevole, adottando strategie come, ad esempio, il problem solving e riuscendo ad essere efficaci anche in situazioni difficili. E' inoltre associata a bassi livelli di depressione e una minor percezione dello stress.

Organizzazione resiliente per cure di qualità

L'ambito sanitario si compone di diverse professionalità, il rapporto tra queste e con gli utenti e le problematiche improvvise mettono a dura prova la migliore delle organizzazioni.

Strategie organizzative per promuovere la resilienza nell'ambiente di lavoro migliorano la performance lavorativa, la percezione di autonomia, l'accesso alle risorse; i sistemi di supporto positivi sono stati associati a soddisfazione sul lavoro e a risultati organizzativi positivi.

RESILIENZA

Formazione del sanitario resiliente

La resilienza può anche essere definita come un processo di adattamento alle avversità che può essere sviluppato ed imparato" (Ahern 2006)

La sfida attuale è quella di identificare i processi ed i meccanismi alla base del costrutto di resilienza, al fine di poter insegnare il suo sviluppo consapevole a coloro che non possono spontaneamente manifestarlo, in misura sufficiente per soddisfare pienamente le sfide quotidiane della loro domanda di lavoro.

RESILIENZA

Supporto ai pazienti e familiari nella sofferenza

Disabilità, gravi patologie e lutto, oggi più che mai, sconvolgono gli esseri umani rendendoli incapaci di prosperare anche nelle avversità.

Non basta saper diagnosticare e curare una patologia, vanno compresi i meccanismi personali di risposta al fine di ottenere una miglior aderenza alle cure e un miglior risultato.

Molti studi oggi sono rivolti a capire come poter aiutare gruppi di pazienti e familiari a riorganizzarsi dopo e durante eventi morbosi.

Dobbiamo insegnare a trovare in se stessi, nelle relazioni umane, nei contesti di vita, gli elementi e la forza per superare le avversità e per contrastare gli effetti delle patologie.

RESILIENZA

GRAZIE
PER
L'ATTENZIONE

