

## Prove di autocontrollo

Fermi sotto il sole che infuoca i caschi e gli scudi di plexiglass, fronteggiando per ore manifestanti di ogni tipo e natura. Oppure bagnati fino alle ossa per la pioggia fredda e insistente che confonde la vista e annebbia le idee. Se va bene sono slogan e impropri urlati contro. Altrimenti sono insulti, sputi, sassi e bastoni. O addirittura bombe carta che esplodono ad altezza uomo. Come nel caso dei disordini provocati dai no-expo myday lo scorso 1 maggio a Milano, quando un agente di polizia, colpito da una molotov lanciata dai manifestanti, è stato avvolto dalle fiamme e solo il pronto intervento dei suoi colleghi ha evitato il peggio. Un mirabile lavoro di squadra che ha dato dimostrazione dell'essenza dell'operatività dei Reparti mobili. Infatti anche in quei drammatici momenti, di fronte a scene di vera e propria guerriglia urbana, gli uomini impegnati nei servizi di ordine pubblico hanno avuto il grande merito di mantenere fino in fondo lucidità, sangue freddo e autodeterminazione di squadra. Alla fine di un folle pomeriggio di devastazione, la città ha fatto il conto dei danni tra muri imbrattati, vetrine spaccate e auto bruciate, ma da ogni parte è stato sottolineato come solo l'intervento di contenimento dei poliziotti abbia evitato che i disordini sfociassero in tragedia. Purtroppo scenari come quelli milanesi sono sempre più frequenti in tempo di crisi e, soprattutto, sembrano essere drammaticamente diventati di "normale" amministrazione per chi fa ordine pubblico. Ma è davvero così? Davvero gli uomini delle forze dell'ordine sono sempre così preparati? E soprattutto cosa si può fare per migliorare la capacità di fronteggiare al meglio tali situazioni? Se partiamo dal presupposto che la caratteristica principale del personale dei Reparti mobili deve essere la capacità di lavorare e di fare squadra, si può arrivare alla considerazione che tale capacità deve essere vista come un'imprescindibile competenza professionale da sviluppare mediante specifici addestramenti fisici, tecnici, tattici e mentali. In particolare l'originale esperienza messa in campo dal II Reparto mobile di Padova diretto da Claudio Mastromattei (che proprio il 1° maggio a Milano era in piazza con oltre 200 uomini, tra cui l'agente colpito dalla molotov, Alessio Padovano, promosso sul campo per meriti speciali dal Capo della Polizia Alessandro Pansa, ndr) parte proprio dall'assunto che, attraverso l'addestramento mentale, è possibile incrementare le specifiche attitudini del personale, favorendo il cosiddetto team building e il raggiungimento degli obiettivi di corretta visibilità, tolleranza e proporzionato rigore indicati, già nel 2009 dall'allora capo della Polizia Antonio Manganelli, quali elementi caratterizzanti della moderna gestione dei servizi di ordine pubblico. Altro elemento da tenere in considerazione è che lo stress, inteso come l'insieme delle richieste sociali cui sono quotidianamente sottoposte le persone nella vita privata e, soprattutto, professionale, rappresenta un elemento di normalità connaturata alla mansione istituzionale dell'operatore di polizia in genere e del Reparto mobile in particolare. Sarà la capacità di gestire tale stress da parte del singolo individuo a determinarne l'impatto nella vita lavorativa e personale. Ma quali sono gli elementi di stress che riguardano la specifica tipologia dei servizi di ordine pubblico? Si va dalla gestione delle folle e delle condizioni di pericolo in occasione di scontri, alle lunghe attese in cui mantenere elevato lo stato di allerta e basso il profilo d'intervento attivo; e poi ancora gli insulti, le offese e le aggressioni, verbali e non, che trasformano il personale impiegato in servizi di ordine pubblico in una sorta di "cuscinetto" tra le Istituzioni e i manifestanti; c'è poi l'inquinamento acustico e ambientale che fa da scenario in molti contesti operativi e l'utilizzo di ingombranti equipaggiamenti, come ad esempio la maschera antigas, che limita la libertà del corpo e l'apporto di ossigeno all'organismo. Partendo da queste osservazioni generali, si è ritenuto necessario acquisire degli specifici strumenti di addestramento mentale da affiancare a tutte quelle abilità, fisiche, tecniche e tattiche, già richieste agli operatori dei Reparti mobili. Ed è proprio in quest'ottica che il II Reparto mobile di Padova ha lanciato nel 2012 il progetto pilota Corso di training autogeno per operatori di polizia dei Reparti mobili. Tale iniziativa, tutt'ora in corso, è stata realizzata integrando le mie professionalità e i miei saperi di psicologa-psicoterapeuta con quelli del cosiddetto "apparato" preposto alla formazione e all'aggiornamento del personale (dirigente del Reparto, funzionari, istruttori). Le linee guida, sono quelle del training autogeno di base di J. H. Schultz, che permette l'aumento della capacità di concentrazione psichica passiva e di autodistensione. In sintesi, si lavora sulla padronanza di sé, attraverso un controllo più efficace delle reazioni emotive e sul miglioramento della gestione delle tre fasi dello stress: allarme, resistenza e esaurimento. Dal 2012 a oggi sono già stati realizzati sei cicli del corso Training Autogeno per operatori di Polizia dei Reparti mobili in cui sono stati complessivamente coinvolti circa 70 operatori volontari. Ogni corso, preceduto da colloqui individuali e seguito da questionari di valutazione e gradimento anonimi, consta di 9 giornate per un totale di 30 ore di formazione. Trascorsi 30 giorni dalla fine del corso, vengono somministrati questionari di follow up per verificare il livello di acquisizione della tecnica. Il 100% dei partecipanti ha ritenuto che il corso abbia raggiunto lo scopo prefissatosi. Secondo i partecipanti, questa tecnica si è rivelata utile nell'ambito della formazione professionale, perché può essere applicata, se le circostanze e le

tempistiche lo consentono (ad esempio durante le fasi di trasporto a bordo di veicoli), prima di un servizio di ordine pubblico, permettendo all'operatore di aumentare la propria capacità di attenzione e concentrazione. Inoltre, a fine servizio, le tecniche di training autogeno possono aiutare a eliminare rapidamente l'affaticamento psico-fisico. L'elemento che ha distinto il progetto svolto presso il II Reparto mobile è la volontarietà della partecipazione: l'84% degli operatori ha frequentato l'intero corso, composto da 9 giornate, mentre il restante 16% è stato assente solamente a una o due giornate. Alcuni operatori hanno deciso di essere presenti, seppure liberi dal servizio. Contemporaneamente ai cicli sul training autogeno è stato realizzato, per iniziativa del dirigente del Reparto, lo stage La mente è il corpo che pensa articolato in una prima parte teorica, nella quale si è approfondito proprio il tema dello stress lavoro-correlato, e in una seconda parte dove sono state eseguite, grazie alla collaborazione degli istruttori del Reparto, delle simulazioni operative con ritmo incalzante. Le esercitazioni tecnico-operative per l'ordine pubblico di guida di veicoli in servizio di polizia, di difesa personale e tiro hanno coinvolto 70 operatori del II Reparto mobile. Tutti i corsi si sono svolti all'insegna di una sola e illuminante citazione di Seneca: "Non è perché le cose sono difficili che non osiamo farle, è perché non osiamo farle che diventano difficili".

*\* psicoterapeuta, operatrice di training autogeno*

01/06/2015