

STARE BENE PER FARE BENE

La creazione di Spazi Etici per la salute e il benessere degli Infermieri e della popolazione.



Italian Chapter of the
AMERICAN *Holistic Nurses* ASSOCIATION

info@ahna.it • +393427295779 • www.ahna.it



TITOLO PROGETTO

Stare bene per fare bene

Strategie di Self Care per la salute e il benessere degli Infermieri

SOGGETTO RICEVENTE

Federazione Nazionale Ordini delle Professioni
Infermieristiche - FNOPI

SOGGETTO PROPONENTE

Associazione Tecnico-Scientifica Infermieristica *The
American Holistic Nurses Association* - AHNA Italia

Membro Consulta Associazioni Scientifiche FNOPI



IL CONTESTO ATTUALE

In questi ultimi due anni i professionisti sanitari hanno dovuto fronteggiare, inizialmente a mani nude, una pandemia. Abbiamo dispiegato forze e sacrificato le nostre vite personali, oltre a quelle professionali. Il rischio di Burnout è diventato una realtà, un'epidemia nell'epidemia, e la risposta delle Istituzioni al rilancio della nostra Professione, o della sua qualità, è difficile e costosa da organizzare.

In un contesto che ormai vede lo Stress come normalità, in una realtà che vede rischiose risposte politiche all'ennesima carenza infermieristica, che rischiano di catapultarci verso l'estinzione, riproporre un progetto come quello avanzato da AHNA Italia alla Federazione FNOPI già nel 2019, diventa non più una questione di secondaria importanza, ma una priorità se non un'emergenza.

In ognuno dei colleghi che si sta impegnando in questo progetto, c'è la certezza derivante dalla propria esperienza personale e dalle ormai numerose evidenze scientifiche, che le tecniche olistiche siano validi strumenti per la gestione dello Stress e della "Fatigue da compassione"¹. Le evidenze scientifiche sulle tecniche complementari utilizzabili a tale scopo sono pubblicate in letteratura internazionale e sono già indagate anche in studi italiani pubblicati e in esperienze di alcune realtà sanitarie italiane. In particolare, per la nostra categoria sono documentate in letteratura (troppo autoreferenziali), , e documentano l'efficacia dell'addestramento alla pratica di tecniche di consapevolezza su gruppi di infermieri² e studenti di infermieristica³ sulla gestione dello stress e sulle prestazioni accademiche e professionali.

1 Cavanagh N, Cockett G, Heinrich C, Doig L, Fiest K, Guichon JR, Page S, Mitchell I, Doig CJ. Compassion fatigue in healthcare providers: A systematic review and meta-analysis. *Nurs Ethics*. 2020 May;27(3):639-665. doi: 10.1177/0969733019889400. Epub 2019 Dec 12. PMID: 31829113.

2 Julie A. Hevezi, , *Evaluation of a Meditation Intervention to Reduce the Effects of Stressors Associated With Compassion Fatigue Among Nurses*, *Journal of Holistic Nursing*, vol. 34, 4: pp. 343-350. , First Published November 23, 2015.

Charlotte L. Cuneo, Maureen R. Curtis Cooper, RN, BSN, CEN, CPEN, FAEN, RMT, Carolyn S. Drew, Christine Naoum-Heffernan, Tricia Sherman, Kathleen Walz, Janice Weinberg, ScD *The Effect of Reiki on Work-Related Stress of the Registered Nurse*, *Journal of Holistic Nursing*, vol. 29, 1: pp. 33-43. , First Published August 10, 2010.

Colleen Delaney, Cynthia Barrere, Sue Robertson, Rothlyn Zahourek, Desiree Diaz, LEEANNE LACHAPPELLE, *Pilot Testing of the NURSE Stress Management Intervention*, *Journal of Holistic Nursing*, vol. 34, 4: pp. 369-389. , First Published December 30, 2015.

3 Violet M. Malinski, Vidette Todaro-Franceschi, *Exploring Co-Meditation as a Means of Reducing Anxiety and Facilitating Relaxation in a Nursing School Setting*, *Journal of Holistic Nursing*, vol. 29, 4: pp. 242-248., First Published February 28, 2011.



In ognuno dei nostri associati, professionisti sanitari esperti e specializzati in cure complementari c'è la speranza che la nostra esperienza in campo olistico possa essere riconosciuta e messa al servizio della nostra categoria, e di chi, al suo interno voglia approfittare della propria crisi professionale per crescere in consapevolezza, fiducia e amore.

E solo insieme alla Cura di sé, la Cura dell'altro.

IL PROGETTO

Questa revisione del progetto #SBFB nasce a seguito dell'integrazione dello stesso con quello più ampio di "SPAZIO ETICO".

Lo "Spazio Etico" è una entità di "promozione culturale e sociale" che ha lo scopo di favorire la circolazione delle idee e della cultura della salute tra quanti operano nel mondo della cura della persona: operatori, formatori, studenti, cittadini singoli e associazioni di pazienti.

Mai come in questi ultimi tempi i professionisti della salute si ritrovano costretti a vivere, talvolta subire, da una parte le logiche "imposte" dalle strategie delle Aziende Sanitarie che, costantemente devono "fare i conti" con la razionalizzazione e i tagli imposti dalla "logica Aziendale", con il malessere e la sfiducia nelle istituzioni sanitarie che sono in crescita tra i cittadini e con le emergenze sanitarie in atto. Prendersi cura significa stare accanto alle persone sane e malate che richiedono cure sanitarie: "abitare" in una intercapedine posta tra il Sapere e la Sofferenza. In questo "luogo" gli operatori sanitari sono chiamati a essere sempre efficienti e in grado di rispondere in maniera adeguata sia ai bisogni dei nostri assistiti che delle Dirigenze.

Ma chi si prende cura di chi cura? In che modo condividere il senso di "solitudine professionale" con cui, talvolta, convivono? Quante possibilità hanno di essere ascoltati?

Da queste domande è nata l'esperienza dello Spazio Etico ispirata al modello francese promosso dal Prof. Hirsch e presente in molte realtà sanitarie della Francia. Da questa esperienza e a quanto formalizzato dal Comitato Nazionale di Bioetica con un documento del 10 dicembre 2021⁴ è nata una proposta operativa. Per una

⁴ Vulnerabilità e cura nel welfare di comunità. Il ruolo dello spazio etico per un dibattito pubblico



comprensione esaustiva del nostro intento si acclude il documento del CNB a cui si fa riferimento.

L'OCSE e il Consiglio d'Europa raccomandano lo sviluppo di competenze essenziali per affrontare i dilemmi etici (Raccomandazioni su proposta del Comitato per la Public Governance- 26 gennaio 2017)

Con questa revisione del progetto alla luce degli anni della pandemia, si intende poter rendere disponibili agli infermieri le competenze nel campo dell'etica, della comunicazione, delle soft skills e delle cure complementari.

Gli Infermieri hanno espresso unanimemente il bisogno di strumenti adatti ad accrescere la propria consapevolezza, benessere e resilienza, attraverso lo sviluppo dei propri potenziali di salute. Il programma prevede l'identificazione e l'integrazione delle attività di self-care e self-reflection per il miglioramento del benessere fisico, psicologico, sociale e spirituale⁵.

“...Perché la compassione è il sentimento che rende gli esseri umani, un po' più umani.”

OBIETTIVO GENERALE

Avviare “laboratori di discussione” e “luoghi di incontro di esperienze” tra professionisti e dei professionisti con pazienti, familiari, associazioni di pazienti e cittadini.

Le attività introdotte avranno lo scopo di promuovere la riflessione e la discussione su temi che dopo il processo di aziendalizzazione delle strutture del Servizio Sanitario Nazionale, trovano pochissimo ascolto.

⁵ In particolare riferimento al Core Value 5. ANA, AHNA Holistic Nurse Self-Reflection and Self-Care da Holistic Nursing: Scope e Standards of Practice, 2nd Edition, American Nurses Association, Maryland 2013- pg.20



OBIETTIVI FORMATIVI

1. Arricchire il sapere infermieristico con saperi altri, diversamente scientifici: il linguaggio, lo spirito, la cultura ed il suo attraversamento, la comunicazione, l'antropologia, il sentito individuale
2. Aumentare il senso di appartenenza alla comunità infermieristica attraverso il riconoscimento di sé nella comunità
3. supportare l'uomo sano/malato attraverso l'amore antropologico e l'esercizio di abilità virtuose, che rendono il professionista infermiere capace di umanità e di condivisione del messaggio portato dalla malattia, come percorso di consapevolezza comune. Aiutare l'uomo a formarsi, come professionista e come uomo sano o malato.

DESTINATARI

Il progetto si rivolge a:

- tutti i professionisti sanitari che desiderano trovare uno spazio dove potersi confrontare su criticità e risorse della propria quotidianità professionale creando momenti di incontro sia interprofessionale che con i cittadini attraverso le associazioni dei pazienti e le istituzioni.
- A tutti i cittadini (malati e famiglie di malati) che si trovano ad affrontare situazioni critiche sul piano etico ed emotivo e che possono trarre vantaggio da un supporto competente su questi argomenti.

ARTICOLAZIONE DEL PROGETTO

Di seguito vorremmo mettere in evidenza le modalità di attuazione del progetto, dalle quali emerge il carattere innovativo delle attività che s'intendono sviluppare.

- Interventi indirizzati agli operatori sanitari (Progetto #SBFB)
- Interventi dedicati anche a cittadini, persone malate e loro famiglie

1. Incontri a frequenza prestabilita

Lo "Spazio Etico" si nutre delle idee e del desiderio di condividerle. Per questo motivo potrebbero essere promossi incontri, anche "itineranti", nel corso dei quali i Professionisti della Salute possano confrontarsi su tematiche inerenti la



quotidianità professionale, dando a tutti l'opportunità di poter offrire il proprio "sguardo" a beneficio della Cura, perché se i curanti "stanno bene" anche i curati lo saranno. Secondo appunto la visione olistica dello #starebeneperfarebene, la gestione dei gruppi si può progettare come gruppi Auto Mutuo Aiuto tipo Balint finalizzati anche all'acquisizione di pratiche per il self-care.

2. Formazione

Possono essere previsti momenti formativi, che trattano temi inerenti i bisogni emersi nel corso degli incontri a frequenza prestabilita e siano orientati a un approccio valoriale e alla acquisizione di competenze essenziali per affrontare i dilemmi etici e criticità relazionali.

Avere a disposizione uno spazio e un tempo per riflettere in un ambito di gruppo interdisciplinare sui propri dubbi, sulle proprie scelte, sui propri errori, accettare che un "altro da sé" possa mettere in discussione i propri comportamenti, apre a una riflessione più profonda su ciò che è giusto o non è giusto fare quando si è in posizioni delicate come le difficoltà che incontrano il medico e l'infermiere nella comunicazione di cattive notizie, nella raccolta di un "vero" consenso informato, nelle impostazioni di decisioni di fine vita e di intervento o sospensione delle cure declinandoli anche in una più profonda ottica di matrice spirituale.

La formazione degli operatori può rientrare nella pianificazione delle attività di formazione permanente accreditate ECM, organizzate a livello regionale e/o di Azienda o ASL.

Le metodologie formative utilizzate prevedono una didattica mista, oltre a quella "frontale", discussioni in plenaria e lavoro in piccolo gruppo con analisi di casi e coinvolgimento attivo dei partecipanti.

3. Formazione a distanza sincrona e asincrona

Eventi formativi in modalità blended e FAD, con riferimento ai temi sopra esposti e alle tecniche di self-care rivolte agli operatori, e a ricaduta sui cittadini assistiti. Corso FAD AHNA "Gestione dello Stress per professionisti sanitari" in distribuzione sul sito FADINMED.

4. Convegni e seminari

Rivolti ad operatori e cittadini, hanno lo scopo di promozione culturale e sociale sulle questioni etiche legate alla cura. Possono avere carattere itinerante.



5. Sportello di consulenza

Rivolto ad operatori sanitari e non-sanitari, ad utenti e famiglie che hanno bisogno in tempi rapidi di un primo orientamento in materia legale, assistenziale, psicologica, relazionale o esistenziale, offerto da diversi professionisti dotati di specifiche competenze. Da attivare dopo che sono stati ottenuti i dati sui bisogni formativi e informativi del territorio considerato.

Per il Consiglio Direttivo AHNA Italia

La Presidente. Silvia Oggioni