



**Co-funded by  
the European Union**

Stress-Resistants. Preventing professional burnout of Firefighters

Valutazione del progetto

“Resistenza allo stress e prevenzione del Burnout nei vigili del fuoco”

La mia partecipazione a questo progetto è iniziata con un incontro informativo presso il comando dei vigili del fuoco di Firenze e una conferenza presso il Comando Provinciale dei Vigili del Fuoco di Pisa, tutto durante la visita in Italia delle delegazioni VVF di Polonia e Rep. Ceca, è seguita poi una mia visita a Cracovia per il video didattico e infine una video conferenza organizzata nella città di Semily. Come descritto nel progetto i vigili del fuoco sono sottoposti a Burnout, nel tempo poi interventi ordinari e straordinari possono essere destabilizzanti a livello emotivo e psicosociale, con potenziali disturbi post traumatici da stress, l'obiettivo principale è stato quello di agire sulla prevenzione primaria, per rendere i soccorritori proattivi e non solo reattivi, con competenze relazionali e trasversali al loro lavoro.

Altri obiettivi del progetto sono stati quelli di sviluppare una guida alle buone pratiche, un manuale e materiale video sull'argomento della resistenza allo stress, creare una piattaforma di cooperazione internazionale con lo scopo appunto di preparare al meglio i giovani vigili del fuoco al loro percorso professionale, gestire le proprie emozioni, sviluppare e migliorare la loro resilienza personale. La metodologia del progetto, multidimensionale, con i suoi viaggi studio, i workshop internazionali, le numerose testimonianze di vigili del fuoco in congedo su interventi critici vissuti, le testimonianze dei vigili ancora in servizio e consapevoli dei propri disagi, inoltre sono stati preziosi gli interventi di alcuni psicologi dei Paesi partner del progetto sulle diverse

procedure per il sostegno psicologico. La  
mia valutazione personale sul progetto risulta positiva sotto tutti i punti di vista,  
ex ante, in itinere, ex post, un cocktail internazionale di prevenzione primaria  
contro il Burnout e lo stress dei vigili del fuoco, per favorire la loro resilienza  
ed un'eventuale crescita post traumatica.

Dott. Paolo Bernardini  
Psicologo dell'Emergenza  
ANVVF del Corpo Nazionale  
Sez. PISA