

**IN PRIMA LINEA****L'APPUNTAMENTO**

IL PROSSIMO 13 LUGLIO  
UNA GIORNATA ALLA EDI ERMES  
DI VIALE FORLANINI

**L'ALLARME**

IN ITALIA TREMILA AGGRESSIONI  
DENUNCIATE OGNI ANNO  
DA MEDICI E INFERMIERI

**«Così insegno a difendersi in corsia»**

*Un corso per il personale sanitario col metodo dei City Angels*

di **CLAUDIA CANGEMI**

- MILANO -

**ALMENO TREMILA** l'anno solo in Italia. Sono le aggressioni denunciate dal personale sanitario nell'ambito dell'attività in ospedali, ambulatori o ambulanze. Gestii violenti o minacce che hanno effetti immediati e a lungo termine, tanto da poter provocare sindromi post traumatiche e rinuncia all'attività. Le cause di questo dilagante fenomeno sono molteplici, il rimedio è essenzialmente uno: imparare a prevenire e affrontare situazioni di rischio. È quanto propone il metodo Wilding, inventato dal fondatore e presidente dei City Angels di Milano, Mario Furlan. A proporre il corso - che si terrà alla Edi Ermes di viale Forlanini 65 a Milano dalle 9 alle 18 del 13 luglio e assicura 9,2 crediti Ecm per tutti i professionisti sanitari - è Riccardo Lanfranchi, cintura nera 4° Dan di karate tradizionale e master coach di Wilding certificato presso l'Associazione italiana coach.

**Signor Lanfranchi, qual è l'obiettivo di questo corso?**

«Insegnare a capire, gestire e prevenire i potenziali rischi insiti nelle situazioni che chi svolge attività di soccorso e cura si trova ad affrontare quotidianamente: trattare con persone psicologicamente alterate a causa di malattie o assunzione di sostanze o dell'ansia dovuta alla paura e all'angoscia per le condizioni fisiche proprie o altrui. Gli obiettivi sono quindi la dissuasione e la neutralizzazione dell'aggressore».

**E cosa dice in proposito il metodo Wilding?****IL SEGRETO**

**«Puntiamo sull'autostima e sull'autodifesa istintiva per gestire i potenziali rischi»**

«Si basa sull'autodifesa istintiva e sull'autostima. Quest'ultima in particolare parte dalla conoscenza di sé e delle proprie risorse, ma soprattutto dalla consapevolezza dei meccanismi della relazione, che si basa solo per una percentuale minima sulla comunicazione verbale. Partiamo dall'osservazione del mondo animale. Occorre saper coniugare istinto (per cogliere il segnale di pericolo) e razionalità

(per interpretarlo e disinnescarlo). Ma è importante anche interrogarsi sui propri meccanismi psicologici: se per esempio reagisco a un insulto o a una minaccia in modo aggressivo, lo scontro fisico diventa probabile. Anche un atteggiamento troppo passivo o remissivo è però controindicato, rischia di farci scivolare nel ruolo di preda. Bisogna imparare a essere assertivi e sicuri di sé, vigili senza farsi sopraffare dall'ansia».

**Non sempre però l'aggressione viene da una persona psicologicamente alterata. Esistono anche i criminali...**

«Certo, e infatti il metodo Wilding è utile anche alle forze

**ESPERTO**

Sopra il master coach di Wilding Riccardo Lanfranchi. A sinistra una lezione dal sito [wildingdefense.com](http://wildingdefense.com)

dell'ordine, agli esercenti, ai bancari o ai tassisti, a quanti cioè possono trovarsi davanti un "aggressore a sangue freddo", che ha un obiettivo e non è mosso da reazioni emotive incontrollate. La prevenzione della violenza fisica seguirà quindi in parte altre vie, ma dobbiamo sapere che la mente criminale è simile a quella del predatore, che attacca la preda isolata e debole. Quindi anche in questo caso razionalità e fermezza sono quasi sempre più efficaci di una pistola, se l'intento è evitare danni fisici a tutte le persone coinvolte».

**E se questo non basta e si arri-**

**FOCUS****La tecnica**

Il metodo Wilding è stato ideato dal fondatore dei City Angels Mario Furlan (sotto). Il corso sarà tenuto dal coach Riccardo Lanfranchi cintura nera di karate

**Come funziona**

Il Wilding mira alla prevenzione dell'aggressione e alla neutralizzazione dell'aggressore. Si basa sull'osservazione del mondo animale

**va allo scontro fisico?**

«Questo è il secondo obiettivo del corso: insegnare a difendersi. Il metodo Wilding aiuta la persona a scoprire e valorizzare la sua "autodifesa istintiva" attraverso esercitazioni e giochi di ruolo. Non si parla solo di difesa attiva, ma anche di tecniche di evitamento in relazione a tempo, spazio e distanza: non permettere al potenziale aggressore di avvicinarsi troppo, controllare di avere una via di fuga o la possibilità di chiamare soccorso. Deve essere chiaro che si tratta comunque di autodifesa, non contrattacco, tanto meno vendetta».

© RIPRODUZIONE RISERVATA

**LA MATURITÀ** LE TRE BUSTE "INDIGESTE" SECONDO IL SONDAGGIO DI SCUOLAZOO**Orale, un incubo per il 70% degli studenti**

- MILANO -

«**COSA SCEGLIE** la 1, la 2 o la busta numero 3», diceva Mike Bongiorno ai concorrenti nei suoi quiz televisivi. E proprio le tre buste introdotte per l'orale nel nuovo esame di Maturità spaventano il 70% dei maturandi, secondo un sondaggio condotto da ScuolaZoo tramite il suo canale Instagram. Da quest'anno infatti gli studenti non saranno più chiamati a presentarsi con una tesina, ma dovranno affidarsi alla sorte "pescando" un argomento scegliendo una fra tre buste all'interno delle quali troveranno dei documenti dai quali partirà poi il colloquio dell'esame orale. Il 70% degli studenti interpellati teme l'orale, segue il 25% che racconta a ScuolaZoo di avere paura della seconda prova multidisciplinare: che si tratti di latino e greco insieme, matematica e

fisica o altre combinazioni d'indirizzo, la seconda prova fa tremare i polsi. Il restante 5% racconta invece che ha talmente tanta ansia che non sa neanche cosa sia la cosa che più lo terrorizza.

**E COME** sempre ci si affida anche ai riti scaramantici, oggetti magici, santini, fioretti e preghiere. Tra un ripasso e un altro, c'è spazio anche per la scaramanzia tra i maturandi, che ammettono di contare su cimeli o su riti propiziatori che «portino bene» alle prove. Questo è quanto emerso da un sondaggio di Skuola.net a cui hanno risposto 1.500 maturandi. Perché nell'era di Internet e dei social network, alcune tradizioni popolari rimangono ben salde: uno studente su tre avrà per i giorni dell'esame il suo personale portafortuna. Ecco quali sono i più diffusi. A vol-

te semplici ornamenti come collane e bracciali possono diventare veri e propri talismani dai poteri benefici. E quanto spera una buona fetta di maturandi (28%), che attribuisce a un accessorio un influsso protettivo e salvifico, soprattutto se questo ha un grande valore affettivo. Non sono però pochi quelli che, al momento di scegliere il vestire per le prove d'esame, verrà condizionato dalla scaramanzia: l'11% indosserà indumenti (scarpe, magliette, pantaloni, calzini, intimo) che considera portafortuna. Gli oggetti legati alla storia della propria famiglia sono considerati determinanti per il 5% del campione, che il giorno dell'esame porterà con sé proprio un cimelio collegato a un parente (come disegni di qualche fratellino o sorellina, foto con i nonni, orologi e ciondoli appartenenti a qualche membro familiare).



**SORRISI E ANSIA** Comincia il conto alla rovescia per i ragazzi che devono affrontare la maturità