

OGGETTO:

SPORTELLO DI ASCOLTO-SUPPORTO PSICOLOGICO

**PSICOLOGA E PSICOTERAPEUTA REFERENTE:
DOTT. MIRONE SARA**

INDICE

PREMESSA	PG.03
DESTINATARI	PG.04
FINALITA` GENERALI	PG.05
OBIETTIVI SPECIFICI	PG.05
MODALITA` D'ATTUAZIONE	PG.06
STRUMENTI	PG.06
COSTI	PG.07

PREMESSA

L'organizzazione sociale che determina, almeno in parte, il modo di pensare, di vivere e di instaurare relazioni significative di un individuo, tende a cambiare molto rapidamente, determinando un necessario tentativo di adattamento dell'uomo. Le capacità di adattamento ai cambiamenti sociali e la semplice evoluzione psicologica di un individuo non sempre riescono a stare al passo con i ritmi che caratterizzano le variazioni del contesto sociale.

Queste forme di disassamento temporale, che possiamo cogliere, ad esempio, nello stress quotidiano o nell'incapacità di rincorrere tutto ciò che dovremmo o vorremmo fare, determinano, sempre più spesso, forme di disagio che abbracciano diversi ambiti (individuale, familiare, lavorativo, sociale) e comportano un forte costo in termini sociali.

L'Organizzazione mondiale della sanità definisce il concetto di salute come 'uno stato di benessere fisico, psichico e sociale'. L'idea di salute non coincide con 'l'assenza di malattia', ma con un modello più complesso che coinvolge almeno tre livelli: biologico, psicologico e sociale. In questa visione le attività di promozione e prevenzione diventano primarie: si deve lavorare non solo sul recupero del soggetto malato, ma soprattutto sulla riduzione dei fattori predisponenti e facilitanti la malattia.

Spesso, chi sperimenta una situazione di forte disagio non si rivolge al Centro di Salute Mentale o ai Servizi Sociali a causa dei propri pregiudizi e alla paura di essere giudicato 'poco sano di mente'. Ciò non permette all'individuo di ricorrere agli strumenti di cura e/o assistenza prima che la situazione si aggravi. Inoltre, non sempre CSM e servizi esistenti riescono ad esaurire i bisogni in continua crescita dei cittadini. Gran parte della popolazione con medie o gravi difficoltà, quando non viene accolta tempestivamente, può assistere in poco tempo all'aggravarsi dei propri sintomi.

Rivolgersi ad un professionista privato, d'altro canto, talvolta richiede delle risorse economiche di cui non si dispone, ciò comporta la procrastinazione o la rinuncia alla richiesta di aiuto.

Ciò che accade con alta frequenza è che pazienti che sperimentano un disagio psicologico si rivolgano al Medico di Medicina Generale (MMG). Studi neanche troppo recenti riportano cifre allarmanti: il 70% dei pazienti che si rivolge al MMG presenta problemi psicosociali legati a tale richiesta (APA 2008). Tra il 2002 e il 2010 il consumo di psicofarmaci in Italia è passato da 19,9% al 35,7% (Liuzzi 2011), ciò perché più della metà

SPORTELLO DI ASCOLTO-SUPPORTO PSICOLOGICO

dei pazienti con disagio psicologico vengono trattati solo nell'ambito delle cure primarie e non da strutture e/o professionisti specializzati nel trattamento della sfera psicologica.

Un primo ascolto attivato presso uno sportello psicologico del Comune, quindi non "connotato" come istituzione sanitaria consentirebbe ai cittadini di attivare un approccio alle problematiche personali, in un clima di fiducia, anonimato e in mancanza di pregiudizio.

DESTINATARI

Cittadini residenti nel Comune di Lignano Sabbiadoro, che presentano difficoltà da un punto di vista psicologico nel senso più esteso del termine.

Ci rivolgiamo a:

- Bambini (che possono sperimentare, ad esempio, scarsa autostima o motivazione, difficoltà nelle modalità di separazione, disturbi specifici dell'apprendimento, bullismo...);
- Adolescenti (che possono beneficiare di interventi di educazione sessuale, che possono necessitare di un aiuto rispetto a problematiche relative ai rapporti con i pari, allo studio, come la difficoltà di concentrazione, la mancanza di motivazione, o a tematiche personali sentite come urgenti);
- Adulti (che attraversano un periodo caratterizzato da ansia o umore depressivo, crisi di coppia, stress lavoro-correlato, per sostegno alla genitorialità, consulenza per tematiche relative alla conflittualità nei casi di separazione legale e/o divorzio delle coppie con figli o modalità di relazione tra i vari componenti della famiglia; per questioni connesse alla cura, l'educazione e la partecipazione di entrambi i genitori alla vita dei figli, dipendenza da alcol o sostanze, dipendenza dal gioco d'azzardo, violenza di genere ed, infine, in tutte le situazioni in cui le persone abbiano il desiderio di migliorare la qualità della propria vita);
- Anziani (per aiutare l'elaborazione del lutto, l'uscita dalla solitudine o capire come affrontare patologie degenerative o croniche);

FINALITA` GENERALI

Avviando, a livello sperimentale, un progetto di apertura di uno Sportello destinato all'Ascolto/Sostegno Psicologico (SASP), ci si aspetta di ampliare l'azione di supporto al benessere del cittadino.

Il SASP si configura nell'ottica della promozione della salute, prevenzione e sostegno individuale, come primo aiuto a chi si trova in un momento di difficoltà ed è un servizio di formazione, informazione, consulenza e sostegno psicologico volto a promuovere la tutela e il benessere psicologico dei cittadini attraverso uno spazio riservato, di accoglienza ed ascolto, privo di giudizio, all'interno del quale è possibile chiedere e ricevere un supporto psicologico utile per affrontare le situazioni di disagio che si presentano nel vivere quotidiano.

Lo sportello psicologico si presenta quindi come "filtro" della domanda e quindi una risorsa in più a quelle già presenti e attive. Il servizio è gratuito ed è rivolto a tutta le fasce d'età della cittadinanza.

Lo sportello può essere un'utile risorsa in più per il cittadino nei momenti di crisi (come un lutto, la diagnosi di una malattia cronica o degenerativa, la perdita del lavoro, una situazione di stress, disagio psicologico, solitudine, una coppia in crisi o una separazione, ecc.) e/o di cambiamento dell'arco della vita (come l'adolescenza, il pensionamento, l'invecchiamento, la maternità, ecc.); nella risoluzione di problemi inerenti la presa di decisioni, il rapporto con sé stessi e con gli altri, supporto alla genitorialità ed, infine, un valido aiuto alle problematiche relative all'età evolutiva (come i disturbi dell'apprendimento, dello sviluppo cognitivo, difficoltà relazionali, difficoltà scolastiche, disagio psicologico, ecc.).

OBIETTIVI SPECIFICI

- Un'azione di prevenzione primaria: attraverso lo sportello, i cittadini otterranno un primo ascolto attivo del disagio, aiuto, supporto psicologico ed eventualmente informazioni esaustive sulle varie opportunità dei servizi offerti dalla sanità, dalle

SPORTELLI DI ASCOLTO-SUPPORTO PSICOLOGICO

associazioni e dal privato sociale esistenti sul territorio evitando lo stress della ricerca autonoma di risposte adeguate alla situazione.

- Un'azione di osservazione, analisi e raccolta dati: questo strumento permette di rilevare dati aggiornati e specifici sui bisogni della popolazione del territorio, che riportati alle Istituzioni tramite report, diventano opportunità per modificare e migliorare i servizi offerti.
- Un'azione di prevenzione secondaria: attraverso un percorso di sostegno individuale si offrono maggiori strumenti a favore della popolazione, importanti, per valorizzare le loro risorse interne e maturare competenze atte a gestire le varie forme di malessere psichico, emozionale o relazionale correlati a momenti di vita emotivamente faticosi.

MODALITA' D'ATTUAZIONE

Il SAP sarà attivato per sei mesi (a partire da data da concordare) due giorni a settimana per due ore. Gli utenti potranno accedere al servizio previo appuntamento.

La consulenza psicologica gratuita ha come obiettivo quello di creare un luogo di ascolto mirato in cui sia possibile accogliere le domande e offrire una risposta agli interrogativi originati dal disagio e dalla sofferenza. Il primo contatto, l'Accoglienza, prevede l'esplorazione della storia di vita della persona, la valutazione del disturbo e/o del problema che ha portato la persona a rivolgersi ad uno Psicologo.

Per accedere al SASP è necessario prenotarsi c/o l'Ufficio Servizi Sociali del Comune o tramite numero dedicato (eventualmente messo a disposizione dall'Organizzazione del SASP) almeno una settimana prima della data di sportello e in caso di rinuncia disdire con un congruo anticipo.

Al fine di pubblicizzare e rendere note le finalità del SASP, si propone l'erogazione di 4 serate informative a tema (scelte in collaborazione con un incaricato del Comune) indirizzate alla popolazione della durata di due ore l'una.

Considerata la situazione pandemica, si ritiene opportuno effettuare gli incontri in modalità on line.

Le esigenze espresse durante il primo colloquio verranno accolte al fine di canalizzare le varie situazioni ed eventualmente indirizzare gli utenti verso gli specialisti presenti sul territorio.

Dopo il primo incontro le persone interessate potranno proseguire con:

1. COLLOQUI DI SOSTEGNO: utili ad aumentare la consapevolezza della situazione di vita, delle dinamiche delle relazioni e delle strategie da attivare per raggiungere il benessere.
2. PERCORSO MIRATO: i soggetti saranno inviati o indirizzati ad uno specifico ente/risorsa territoriale (ASL di competenza, associazioni specifiche, ecc.) a seconda della situazione e del bisogno.

Si ricorda che il suddetto servizio non fornisce un percorso di psicoterapia ma di sola consultazione breve.

L'utente potrà usufruire del servizio per un massimo di tre colloqui della durata di un'ora.

Lo Sportello di Ascolto Psicologico è sottoposto ai vincoli di legge per quanto riguarda la privacy e i professionisti sono tenuti al vincolo del segreto professionale secondo il codice deontologico.

Lo psicologo all'interno del SAP NON formula diagnosi o prognosi, né prescrive farmaci.