



CONSULENZA PSICOLOGICA SOSTENIBILE

L'Associazione Trame di Idee, come associazione facente parte del raggruppamento Associazioni Riunite all'interno di "Communitas Casa Zanardi Lama", si pone l'obiettivo di offrire un servizio di Consulenza Psicologica Sostenibile nei luoghi che l'associazione può utilizzare (Centro Borgatti, Via Marco Polo 51, Bologna) in virtù della convenzione in essere tra Ass.ni Riunite e il Q.re Navile e per la sua attività in qualità di Cittadinanza Attiva.

La scelta di stare in una sede del Quartiere risponde al duplice obiettivo di offrire un servizio che sia facilmente fruibile e avvicinabile dall'utenza, e che possa essere connotato come un intervento sulla promozione del benessere e della salute psicosociali. Usare gli spazi legati alla socialità, quali le stanze del Quartiere, richiama a un'idea di quotidianità, di normalità, che pensiamo possa rendere la Consulenza Psicologica maggiormente accessibile, in quanto legata in minor misura ai temi della grave sofferenza psicologica e maggiormente connessa invece al concetto di prevenzione del disagio.

In questa offerta di Consulenza Psicologica Sostenibile pensiamo di poter avvicinare quante più persone che non si rivolgerebbero al servizio pubblico di cura per timore o pregiudizi, essendo quest'ultimo per definizione un Centro di Salute Mentale per la cura delle patologie psichiatriche. Si aggiunga a questo la reale difficoltà dei CSM ad accogliere tutte le domande di ascolto ed intervento strettamente psicologiche della cittadinanza. Le persone a cui ci riferiamo potrebbero rischiare di convivere con un malessere che se non affrontato potrebbe aggravarsi sia a livello personale che familiare. In molti casi la persona giunge ai Servizi di Salute Mentale a disagio conclamato o già cronicizzato, e a quel punto la situazione richiederebbe maggiori risorse e costi per essere affrontata.

A tal fine l'Ass.ne Trame di Idee vuole offrire percorsi individuali e cicli di incontri di gruppo volti alla prevenzione primaria, dove le persone possano sentirsi di portare gli interrogativi, i dubbi connessi ai segnali della sofferenza e trovare una risposta concreta e vicina.

L'attuale crisi economica mette in difficoltà molte persone e famiglie che forse, se non avessero perso il proprio posto di lavoro, non vivrebbero un disagio psicologico, oltretutto sociale.

Sappiamo infatti che chi si trova privato del proprio ruolo professionale è costretto repentinamente a ridefinire l'immagine di sé e la propria identità, attraversando una fase di profondo disorientamento che influenza il modo di vivere le relazioni familiari, la coppia e la genitorialità. In questo particolare momento storico inoltre anche chi è rimasto nel mondo del lavoro attraversa difficoltà e crisi, per le scarse possibilità progettuali e di crescita, la riduzione dei riconoscimenti e per un continuo senso di precarietà.





In un'ottica di empowerment e di sostegno delle capacità resilienti degli individui, il nostro intervento si pone perciò l'obiettivo di ascolto di una sofferenza che può essere iniziale o acuta e che, attraverso un percorso breve di Consulenza Psicologica mirato, permetta alla persona di essere prima di tutto riconosciuta e quindi non giudicata, aiutata a definire le cause e i punti deboli di quanto accaduto e – contemporaneamente - incoraggiata e sostenuta a rilevare le proprie abilità e capacità per risollevarsi e affrontare il cambiamento.

L'Ass.ne Trame di Idee quindi, nel proporre una Consulenza Psicologica Sostenibile, intende offrire un servizio che prevede una contribuzione da parte dell'utente contenuta e che tenga conto delle sue condizioni economiche.

Le professioniste che offrono la Consulenza sono psicologhe psicoterapeute iscritte all'Albo degli Psicologi dell'Emilia Romagna, sezione A, preparate ad affrontare situazioni di vera e propria sofferenza psicologica e quindi possono, oltre alla Consulenza Psicologica Sostenibile, eventualmente proporre anche percorsi di Psicoterapia Breve, a persone che lo richiedano.

Affinché la Consulenza possa rivolgersi anche a cittadini di altre lingue e culture sarebbe auspicabile avvalersi di Mediatori Culturali.

DESCRIZIONE DEL SERVIZIO

Il primo accesso da parte della persona è telefonico al numero dell'Ass.ne Trame di Idee 349 6845218, a cui seguirà un appuntamento con una psicologa psicoterapeuta dell'Associazione all'interno del Centro Civico Borgatti, via Marco Polo, 51.

Lo sportello di Consulenza Psicologica Sostenibile è attivo il lunedì mattina dalle ore 9 alle ore 14 e il giovedì dalle ore 9 alle ore 19.

Al percorso di Consulenza Psicologica Sostenibile possono rivolgersi individui (anche minorenni previo consenso informato dei genitori), coppie e famiglie.

Le richieste di Consulenza Psicologica ad oggi pervenute, sia dal singolo individuo, coppia o famiglia sia come indicazione/invio dai Servizi di Salute Mentale, hanno riguardato principalmente le seguenti problematiche, in ordine di gravità:

- disturbi d'ansia, attacchi di panico e depressione;
- persone che si interrogano sul disagio del proprio congiunto, quale uso di sostanze o gioco d'azzardo e simili;
- violenza domestica (fisica, psicologica, economica);
- conflittualità personali e familiari legate a repentini cambiamenti di ruolo (separazione, disoccupazione, pensionamento, lutti);





- conflittualità sul luogo di lavoro (mobbing);
- conflittualità legate alla genitorialità, all'educazione dei figli, al rapporto con l'istituzione scolastica;
- difficoltà relazionali (di coppia, familiari, in ambito lavorativo o sociale, bullismo scolastico).

Un ambito di intervento che ci ha viste particolarmente impegnate riguarda la Consulenza Psicologica a stranieri migranti, facenti parte dei progetti di accoglienza a livello governativo per i richiedenti asilo e/o protezione umanitaria.

Le Istituzioni che si rivolgono all'Associazione Trame di Idee per usufruire della Consulenza Psicologica Sostenibile per la presa in carico di tale utenza sono ASP Città di Bologna, i Servizi Territoriali dei vari Comuni, la Psichiatria Adulti per il Progetto Devereux (etnopsichiatria), le cooperative impegnate nei progetti di accoglienza.

Quanto riportato mette in evidenza un lavoro che vede già l'Associazione Trame di Idee collaborare in rete con le varie parti socio-sanitarie del territorio che si occupano del disagio a vari livelli.

La Consulenza Psicologica Sostenibile ha perciò in breve tempo raggiunto gli obiettivi che si era prefissa con l'ideazione del progetto:

- fornire un Servizio di aiuto psicologico alla persona accessibile facilmente e in modo diretto
- poter cooperare e divenire di supporto alle istituzioni nel sopperire alle difficoltà legate alla scarsità delle risorse necessarie per dare una risposta al cittadino.

Forniamo perciò alcuni dati relativi all'andamento del nostro operato, nel periodo che intercorre tra il 01/06/2014 e il 31/12/2015 che danno ragione di quanto detto:

- RICHIESTE TOTALI di Consulenza Psicologica Sostenibile ricevute: 28
- RICHIESTE a cui hanno fatto seguito 1 o 2 cicli di Consulenza Psicologica Sostenibile: 16
- RICHIESTE a cui ha fatto seguito NESSUN percorso di Consulenza Psicologica Sostenibile: 9
- RICHIESTE a cui ha fatto seguito 1 Percorso di Consulenza Psicologica Sostenibile interrotto: 4





Le psicologhe psicoterapeute dell'Associazione Trame di Idee sono tutte specializzate nella conduzione di colloqui di sostegno/consulenza/psicoterapia individuale e di gruppo.

Pertanto la Consulenza Psicologica Sostenibile può avvenire anche attraverso gruppi di confronto e condivisione, organizzati in cicli e a tema, che rispondano alle richieste degli utenti, quali ad esempio:

- la prevenzione, la promozione del benessere psicofisico, la capacità di proporsi e porsi nelle relazioni con gli altri
- i disturbi della comunicazione nella coppia;
- gruppi di supporto alla genitorialità;
- gruppi rivolti a giovani in cerca della prima occupazione;
- gruppi rivolti a disoccupati o precari, ecc.

Il contributo richiesto per il servizio viene definito in base alla fascia di reddito dell'utente, rilevata tramite il modello ISEE, che dovrà essere portato in sede dopo il primo conoscitivo.

Il primo colloquio di analisi della domanda da parte dell'utente è **gratuito**.

L'accesso al percorso di Consulenza Psicologica Sostenibile della durata di 8 incontri, ripetibili per altri 8, prevede l'iscrizione annuale all'Ass.ne Trame di Idee, al costo di 1€. Il contributo previsto per ciascun colloquio psicologico sulla base degli scaglioni ISEE è il seguente:

- 0-5.000€ € 10
- 5.0001€-10.000€ € 15
- 10.001€-15.000€ € 20
- 15.001€-25.000€ € 30
- 25.001€-30.000€ € 40