



PSICOLOGI E PSICOLOGIA IN LIGURIA

Giornale dell'Ordine degli Psicologi della Liguria

N. 1 - ANNO XIV - LUGLIO 2020

L'emergenza **Sars Cov-2**



e gli psicologi

PSICOLOGI E PSICOLOGIA IN LIGURIA

Giornale dell'Ordine degli Psicologi della Liguria

n. 1 anno XIV LUGLIO 2020

Chiuso in redazione il 15-7-2020

Redazione: **Ordine degli Psicologi della Liguria**
Piazza della Vittoria 11/b p. ammezzato
16121 Genova
telefono 010.541.225 - fax 010.541.228
segreteria@ordinepsicologiliguria.it
redazione@ordinepsicologiliguria.it
www.ordinepsicologiliguria.it

Direttore Responsabile: Mara Donatella Fiaschi
Direttore Editoriale: Alessandra Brameri
In redazione: Lara Belloni, Cristina Radif, Marta Piccoli

Registrato il 7 marzo 2001 presso il Tribunale di Genova al n° 13

Stampa: TIPOGRAFIA SANT'ANNA
via M. F. Rubatto, 12-16 r. - 16124 Genova
tel. 010 2514274

Ti invitiamo a inviare il tuo indirizzo mail personale a segreteria@ordinepsicologiliguria.it per ricevere ogni mese la newsletter degli eventi e ogni altra informazione sulla professione. Comunica inoltre il tuo indirizzo di posta ordinaria aggiornato per ricevere il giornale dell'Ordine direttamente a casa tua.

Orario apertura segreteria

Lunedì	10 - 13
Martedì	10 - 14
Mercoledì	14 - 18
Giovedì	10 - 14

Contatti utili

Segreteria:
segreteria@ordinepsicologiliguria.it - tel. 010 541225

Presidente: presidente@ordinepsicologiliguria.it

Segretario: segretario@ordinepsicologiliguria.it

Referente per la deontologia:
callero@ordinepsicologiliguria.it - tel. 329 6129228

Seguici anche su

Facebook: [Ordine degli Psicologi della Liguria](#)
Web: www.ordinepsicologi-liguria.it
Canale YouTube: [Redazione Ordine Psicologi Liguria](#)

Chi volesse sottoporre articoli per eventuali pubblicazioni può inviare testi a redazione@ordinepsicologiliguria.it
Il materiale inviato non viene restituito e la pubblicazione degli articoli non prevede nessuna forma di retribuzione.

Care Colleghe e Colleghi,



è con piacere ed emozione che scrivo il mio primo editoriale del numero 1 della nostra rivista anno 2020.

Dopo appena due mesi dall'insediamento del nostro Consiglio siamo entrati in emergenza sanitaria a causa del SARS-CoV-2. Le nostre vite personali e professionali sono state travolte e modificate da un'esperienza inattesa e completamente nuova. In questa situazione inaspettata e angosciante la responsabilità di rappresentare 2500 colleghe e colleghi è stata per me ancora più sentita e impegnativa dei mesi pre-pandemia. Ci siamo subito preoccupati, con la redazione e la segreteria, di stare vicino alle colleghe e

colleghi, cercando di semplificare ed interpretare i primi DPCM che si susseguivano nel giro di pochi giorni. Sono stati giorni e settimane febbrili in cui si sono intrecciate angosce vissute in diversi modi: dalla noia al parossismo, dalla paura alla fiducia ma soprattutto la speranza per la salute psicofisica della popolazione e per il nostro paese è stata al centro delle nostre aspettative.

Da subito è apparso chiaro che non solo la salute del corpo ma anche quella della mente – e delle relazioni – erano in pericolo e che il ruolo della psicologia non era affatto secondario e da sostenere e promuovere per dare dignità alla nostra professione presso le istituzioni che poco la conoscono, ancora oggi, all'alba del terzo millennio.

Alla preoccupazione del rischio di contagio per tutti noi e per i nostri cari, si accompagnava infatti la preoccupazione per la contrazione lavorativa dei numerosissimi liberi professionisti e per il repentino passaggio dall'attività in presenza a quella a distanza.

Abbiamo cercato di supportare il più possibile le nostre iscritte e i nostri iscritti, dando informazioni in tempo reale su ogni comunicazione proveniente dalle autorità sanitarie e dal nostro Consiglio Nazionale. Informazioni che potessero fare chiarezza in un susseguirsi di indicazioni, linee guida non sempre chiare e coerenti.

La comunicazione è stata accompagnata da un'intensa attività di richiesta di interlocuzione con le nostre autorità sanitarie e politiche. Nella rubrica *"Notizie dal Consiglio"* sono riportati i link che rimandano alle lettere e i documenti attraverso le quali, in questi mesi, si è avviato un dialogo con gli Assessori alla Salute e all'Istruzione della nostra Regione.

La Pandemia non ha fatto altro che amplificare ed esasperare le criticità della nostra professione che sono presenti da tempo. Insieme ai contatti locali sono state avviate numerose interlocuzioni da parte del presidente del CNOP D. Lazzari e da

rappresentanti dell'Esecutivo con vari Ministeri e forze politiche (rimandiamo alla lettura de "Il CNOP ti aggiorna").

La Pandemia da Covid-19 ha confermato la necessità di portare avanti da parte di CNOP e Ordine Regionale, con più forza e determinazione, tutte le azioni necessarie a rivoluzionare la risorsa della psicologia e degli psicologi per la Salute della Comunità, relegata ora ad una posizione minore, come fosse un di più, un lusso a cui si può rinunciare nonostante le numerose evidenze scientifiche sull'efficacia dei trattamenti psicologici e sul risparmio economico che ne consegue. A fronte di una maggiore consapevolezza del bisogno di psicologia espresso dal contesto sociale, del ruolo di mediazione che la psiche esercita nel rapporto tra individuo e contesto sociale, non c'è stato ancora un utilizzo adeguato della psicologia e degli psicologi nel determinare il diritto alla salute psicologica come interesse di tutta la Società, come peraltro sancisce l'art. 32 della nostra Costituzione.

Il nostro Ordine ha promosso con il CNOP la Campagna: *#lasalutepsicologicaèundiritto*. La lettera ai giornali locali, ripresa da numerosi quotidiani online e da Repubblica che trovate sul nostro sito (https://www.ordinepsicologi-liguria.it/wp-content/uploads/2020/05/06_La-Repubblica_24-maggio-2020_lettera-presidente-Fiaschi.png), ha affermato con forza le criticità principali della psicologia nella nostra regione: carenza di psicologi nei presidi ospedalieri e nei servizi territoriali sia sanitari che sociali, di unità operative di psicologia per una maggiore autonomia della programmazione di interventi psicologici e gestione delle attività psicologiche all'interno delle aziende sanitarie, di una rete regionale di psicologia, del riconoscimento delle competenze dello psicologo nel terzo settore, nella scuola, nei servizi sociali dell'Ente locale e del welfare, dell'assenza di forme di convenzionamento/accreditamento con psicologi e psicoterapeuti liberi professionisti nell'erogazione di interventi e prestazioni per i cittadini meno abbienti.

Accanto ad azioni di promozione per il diritto alla salute psicologica stiamo portando avanti azioni di tutela della professione e di lotta all'abusivismo.

La legge 3/2018 sul riconoscimento dello psicologo come professione sanitaria ci rafforza in questo compito. È mia opinione che azioni congiunte tra Ordine e Associazioni Sindacali – come nel caso dell'annullamento in autotutela del bando emesso dall'Ente Ospedaliero Galliera per un posto di counsellor – siano maggiormente incisive per salvaguardare la professione, mantenendo le proprie specificità e obiettivi. Queste azioni di tutela sono necessarie affinché gli ambiti di intervento dello psicologo, che opera per la promozione del benessere, non vengano impropriamente occupati da altre figure che non possiedono le competenze necessarie, con conseguente ricaduta negativa sui loro clienti e sulla credibilità della psicologia.

Nonostante la Pandemia il nuovo Consiglio ha deliberato l'istituzione di importanti Commissioni e Gruppi di lavoro che ci aiuteranno con il loro contributo ideativo e di studio ad approfondire la conoscenza e la tutela della professione.

In pieno lockdown abbiamo organizzato tre webinar con illustri relatori che hanno affrontato importanti tematiche, spunto e punto di partenza per approfondite riflessioni.

È stata una soddisfazione grande raggiungere un consistente numero di colleghe e colleghi e poter raccogliere preziose domande alle quali i relatori hanno risposto con competenza e generosità. Ci hanno seguito più di mille partecipanti, numero

Editoriale

irraggiungibile in presenza; questo testimonia sia la forza e il gradimento del mezzo digitale, ma anche il bisogno/desiderio di mantenersi informati e soprattutto collegati, nel momento di massima emergenza.

Mentre sto scrivendo, stiamo organizzando il prossimo webinar con Elisabetta Camussi, collega componente della Task Force di Colao, per declinare temi attorno a "individui, famiglie e società" nella nostra realtà ligure.

Ci sarebbero molte altre cose che vorrei dirvi, che troverete nelle consuete rubriche dove sono riportate le principali attività di questi sei mesi di nuova consiliatura così come materiale relativo al lavoro del nostro ordine nazionale.

Concludo con un ringraziamento speciale per l'Esecutivo composto dalle altre cariche: la Vice Presidente Anna Zunino, la consigliera Segretario Bianca Cavallini, la consigliera Tesoriere Claretta Femia, la Redazione, con la responsabile Alessandra Brameri, la Segreteria e tutto il Consiglio, per il generoso supporto intellettuale e logistico offerto in questo momento così difficile.

Un ringraziamento sincero va inoltre alle colleghe e i colleghi delle Società e Organizzazioni di Psicologia dell'Emergenza che, all'indomani della pandemia da Covid-19, ci hanno permesso di promuovere un centralino telefonico di ascolto psicologico, che è stato attivo per i 55 giorni del lockdown, in supporto ai numerosi centralini attivati dai colleghi dei Servizi Pubblici, fornendo un prezioso aiuto alla popolazione ligure, iniziativa di cui troverete un report dettagliato.

Ciò detto, vi auguro di poter recuperare forza dal riposo estivo.
Buona estate!

La presidente
M. D. Fiaschi

Notizie dal Consiglio:

- Vademecum prodotti dal nostro Ordine (suggerimenti anti-panico e anti-stress)
- Servizio agli iscritti e ai cittadini in tema di Corona virus, attraverso Faq reperibili su sito: <https://www.ordinepsicologi-liguria.it/notizia/iniziativa-e-faq-coronavirus-per-i-cittadini/>
- Lettere e documenti inviati in Regione: <https://www.ordinepsicologi-liguria.it/comunicazioni/attivita-e-documenti/>
- Linee indirizzo per l'intervento psicologico a distanza a favore della popolazione cui ha contribuito anche la presidente Fiaschi insieme a L. Parolin e L. Pezzullo: https://www.ordinepsicologi-liguria.it/wp-content/uploads/2020/03/CNOP_Linee-di-indirizzo-intervento-psicologico-a-distanza-in-emergenza-Covid-19.pdf
- Servizio di Ascolto psicologico telefonico in collaborazione con SIPEM, CISOM, Croce Rossa ed EMDR
- Tavolo tecnico Regione Liguria: partecipazione al Team Infanzia: <https://www.ordinepsicologi-liguria.it/wp-content/uploads/2020/04/Documento-tavolo-infanzia-Regione-Liguria.pdf>
- Collaborazione con Ordine medici Commissione Pediatria, Società scientifica di Pediatria
- Collaborazione con Ufficio Scolastico regionale
- Vacazione tribunale per ascolto persone fragili in tema di violenza
- **Aliseo** – Agenzia della Regione Liguria per gli studenti e l'orientamento, Progetto orientamento scolastico: vademecum orientamento scolastico
- Adesione al progetto "Orphan of Femicide Invisible Victim" per il bando "A braccia aperte" della Fondazione "Con i Bambini". Partnership con il Cerchio delle relazioni

Tutela della professione:

- annullamento bando per counsellor (Ente ospedaliero Ospedali Galliera) e altri interventi di tutela della professione (Asl 3 genovese)
- Normazione della figura del Counsellor e Tavolo UNI

In primo piano

Sono state istituite le seguenti commissioni:

COMMISSIONE DEONTOLOGICA

Giuliana Callero
Armando De Donno
Claretta Femia
Marina Pittaluga
Alfredo Verde

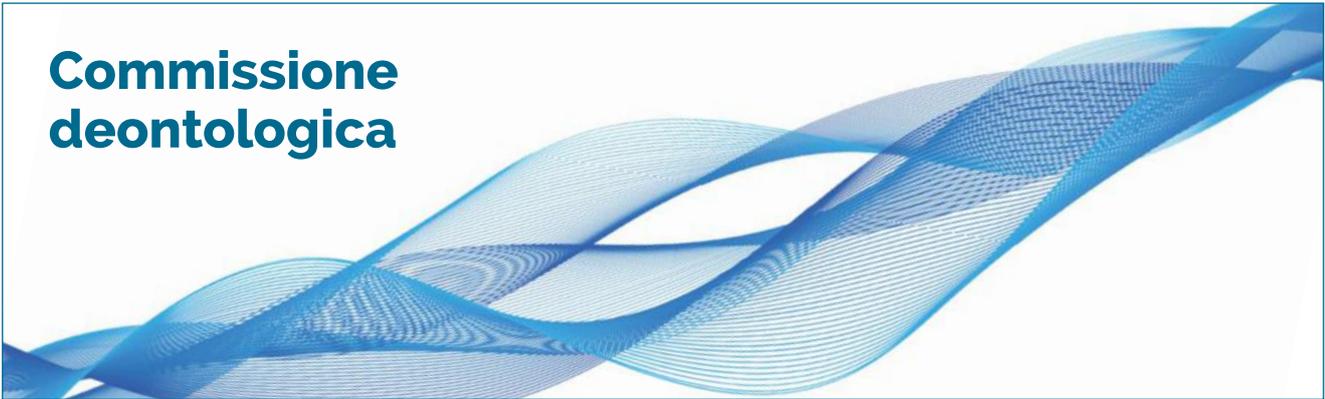
COMMISSIONE CULTURA E FORMAZIONE

Anna Zunino
Francesca Nota
Giuseppina Romeo
Lorenzo Vita

COMMISSIONE PROMOZIONE DELLA PROFESSIONE

Biancamaria Cavallini
Beatrice Baratta
Alessia Battaglia
Francesco Durand
Francesca Nota

Commissione deontologica



La Commissione Deontologica è una commissione istituita con deliberazione del Consiglio dell'Ordine con il compito di vagliare tutte le segnalazioni relative a presunti illeciti nell'esercizio della professione che possono pervenire da iscritti all'Albo, da soggetti pubblici o da privati.

Ha funzioni istruttorie e consultive all'interno del Consiglio e si fa carico di tutti gli aspetti relativi alla tutela della professione, della categoria, dei singoli colleghi e dell'utenza.

La commissione dell'Ordine degli Psicologi della Liguria è attualmente composta da 5 consiglieri: G. Callero (coordinatrice), A. De Donno, C. Femia, M. Pittaluga e A. Verde.

La Commissione Deontologica non detiene poteri decisionali autonomi: qualsiasi segnalazione ad essa pervenuta e da essa vagliata viene discussa in seno all'intero Consiglio, il cui parere risulta definitivo e sovrano. Dall'insediamento di questo nuovo Consiglio, la commissione si è riunita 4 volte e oltre a prendere in esame le numerose segnalazioni pervenute relative ad abusi della professione ha proceduto alla convocazione di esponenti ed iscritti nei confronti dei quali era stato formulato un vero e proprio esposto.

Il proliferare degli interventi a distanza, aumentati sensibilmente per l'emergenza sanitaria, alcuni tra

l'altro oggetto di segnalazione, richiede, a parere della Commissione, un monitoraggio delle attività psicologiche svolte via internet sul nostro territorio: per questo è allo studio una modalità di rilevazione efficace allo scopo.

Tra le questioni poste in Commissione c'è quella relativa ad una revisione del Regolamento disciplinare (alcuni punti), rivedibili appunto anche alla luce dell'esperienza dei casi trattati nel tempo (il Consiglio ha approvato tale lavoro che, come ovvio che sia, sarà poi portato in Consiglio per le relative discussioni ed approvazioni).

Un'altra riflessione dei componenti la Commissione, che dovrà diventare impegno operativo, è quello relativo alla formazione/informazione/aggiornamento dei colleghi che si occupano di psicologia giuridica in quanto quest'ultima è la zona più deontologicamente scivolosa della psicologia e la psicologia forense è la zona più scivolosa della psicologia giuridica.

La Commissione ritiene altresì importante porre attenzioni deontologiche in ogni ambito dei nostri interventi, ricordando le parole di Catello Parmentola che afferma che: "Un dottore deontologicamente scorretto non potrà, per ricaduta, che fornire prestazioni tecnicamente scadenti".

Giuliana Callero

Commissione culturale e formazione

La Commissione Formazione e Cultura, costituita all'interno della nuova Consigliatura, ha iniziato i suoi lavori nel febbraio 2020. Ne fanno parte la Vice-Presidente Anna Zunino (che ne è anche il Coordinatore) e i Consiglieri Francesca Nota, Giuseppina Romeo e Lorenzo Vita. I temi che la Commissione ha deciso di mettere a oggetto del proprio lavoro sono quelli, da una parte, della formazione e dell'aggiornamento professionale e, dall'altra, della sensibilizzazione rispetto alle diverse aree di intervento che caratterizzano la pratica professionale e che ne definiscono l'immagine all'esterno.

Il primo obiettivo su cui si è focalizzata l'attenzione è stato quello di acquisire maggiore chiarezza sull'obbligo formativo ECM, questione spinosa per la nostra professione. Nel settore della salute la formazione continua nasce nel 1992, mentre per tutti gli altri professionisti l'obbligo alla formazione viene stabilito dal DL n.138 del 2011 e dal DPR 137 del 2012. Indipendentemente quindi dagli ECM, la nostra professione era già tenuta alla formazione continua. Con la Legge 3/2018, che ci riconosce lo status costituzionale di "professione per la salute", entriamo nel sistema della "formazione continua nel settore salute". La presenza tuttavia di alcune specificità del nostro ambito (vedi settori propri della psicologia del lavoro, dello sport, etc.) rendeva complesso il nostro inserimento negli obiettivi formativi contemplati da questo sistema. Nel giugno di quest'anno, la Commissione nazionale Fc Salute ha accolto la proposta del CNOP di inserire gli obiettivi specifici degli psicologi nel Regolamento della formazione continua del settore salute. Il compito del CNOP e dei Consigli regionali sarà quindi quello di predisporre le condizioni per una formazione agli iscritti che risponda alle diverse specificità della nostra professione, con l'obiettivo di promuoverne la crescita e rafforzarne l'immagine sociale.

In questa prospettiva, il CNOP ha recentemente deliberato l'attivazione della procedura per diventare provider per la formazione continua nella salute, in modo da agevolare le procedure per l'accreditamento degli eventi formativi e da rendere il più possibile accessibili e gratuite le opportunità formative per gli iscritti.

Per quanto concerne l'acquisizione degli ECM per il triennio 2020-2022, con il Decreto Rilancio è stato esteso il riconoscimento dei 50 crediti previsti per l'anno in corso anche alla nostra professione (così come è avvenuto per medici, infermieri e farmacisti) in virtù dell'impegno mostrato nella fase emergenziale legata al Covid-19.

Confidando nella futura attivazione da parte del CNOP di una rete organizzativa con i Consigli regionali finalizzata a costruire proposte formative condivise, la nostra Commissione ha intanto iniziato a interrogarsi su quali occasioni formative potrebbero essere proposte ai Colleghi per consentire loro di potenziare conoscenze e competenze relative alle aree di intervento professionale.

Il diffondersi della pandemia poco dopo l'avvio dei lavori della Commissione ha reso necessario, da un lato, ridefinire gli usuali schemi considerando nuove modalità di erogazione a distanza della formazione (webinar/Fad) e, dall'altro, dare vita a iniziative che potessero aiutare a riflettere sul difficile momento che stavamo vivendo sia come cittadini sia come componenti di una comunità professionale che ha da subito offerto il proprio contributo a supporto della collettività.

Queste riflessioni, accolte e fatte proprie dall'intero Consiglio, si sono concretizzate nell'organizzazione, nel periodo compreso tra la fine di aprile e la prima metà di maggio, di tre eventi online che, attraverso i contributi di Fabio Sbattella sul tema dell'intervento psicologico in emergenza, di Catello Parmentola sugli aspetti deontologici del lavoro psicologico

a distanza, e di Vittorio Lingiardi sul ruolo del pensiero clinico in tempi di quarantena, hanno consentito di aprire spazi di riflessione professionale in un momento così sfidante per la psicologia.

Sulla scia del gradimento manifestato dai Colleghi, è nostra intenzione proporre ulteriori occasioni formative di questo tipo. Considerando le incertezze sulla possibilità di tornare a breve a organizzare eventi in presenza, la Commissione si sta attivando per verificare la possibilità di accreditare con ECM questo tipo di iniziative.

Ulteriore, e non meno importante, obiettivo della Commissione sarà quello di promuovere, attraverso le proposte formative, un'azione culturale che consenta sia di avvicinare gli iscritti a nuovi ambiti di studio e applicazione della psicologia ancora poco esplorati ma forieri di possibilità occupazionali, sia,

in sinergia con la Commissione Promozione della Professione, di sollecitare l'emergere, nella popolazione, di nuove rappresentazioni della psicologia. In questa prospettiva, la Commissione ha condiviso con il Consiglio l'importanza della costruzione di una rete di relazioni a livello territoriale con altre realtà professionali e con soggetti del territorio particolarmente coinvolti nella gestione delle conseguenze della fase emergenziale sui minori e le famiglie (fra tutti, la Regione, la Scuola e i Pediatri), al fine di offrire loro supporto (anche attraverso la formazione) per rispondere con maggior efficacia ai bisogni emergenti dalla popolazione.

Questo, a oggi, abbiamo fatto, confidando di poter contribuire in questo modo alla crescita della nostra professione.

Anna Zunino

Commissione per la promozione della professione



Ha preso vita, all'interno del nuovo Consiglio, la Commissione per la Promozione della Professione, coordinata dalla Consigliera Segretario Biancamaria Cavallini e composta dalle Consigliere Beatrice Baratta, Alessia Battaglia, Francesca Nota e dal consigliere Francesco Durand.

Il gruppo ha avviato un primo processo di riflessione, interrogandosi sulle azioni da proporre per valorizzare la Psicologia e i suoi Professionisti.

Particolare attenzione è stata posta al tema del *Personal Branding*, ossia il processo attraverso il quale una persona definisce i suoi punti di forza, che andrà successivamente a comunicare all'esterno, al fine di creare una propria reputazione professionale che tragga, dalle peculiari competenze e capacità, il proprio tratto distintivo.

Troverete nelle prossime pagine un articolo descrittivo intitolato: *Personal Branding e psicologia: un connubio possibile?*

GIORNATA NAZIONALE DELLA PSICOLOGIA

Il prossimo 10 ottobre si terrà, come di consueto, la **Giornata Nazionale della Psicologia**, che verterà sul diritto alla salute psicologica. La Commissione Promozione della Professione si occuperà della definizione e organizzazione delle attività, coordinandosi con l'esecutivo e il Consiglio tutto. L'obiettivo è promuovere attività di informazione e sensibilizzazione alla popolazione, attraverso uno o più eventi online, interventi televisivi e, se sarà possibile, iniziative in piazza.

Biancamaria Cavallini
Coordinatrice Commissione Promozione Professione

Tavolo tecnico con Regione Liguria

Ordine e Regione: interlocuzione per la promozione della professione in Liguria

A seguito della pandemia da Coronavirus, la comunità degli psicologi, a livello sia nazionale sia regionale, si è interrogata circa l'impatto del trauma sugli individui e sulla popolazione. Come possiamo rilevare dal nostro osservatorio, questa emergenza sanitaria ha portato già con sé – e porterà purtroppo anche in futuro – profondi strascichi emotivi, che è necessario rielaborare affinché non si trasformino in forme di malessere e disagio psichico insostenibili per il sistema sanitario, ma non di meno per quello sociale. Per ridurre la portata di questo evento eccezionale, la comunità professionale degli Psicologi, in virtù di un mandato normativo che le attribuisce compiti di tutela del benessere psicologico della comunità (vedi Legge 56/89, art. 1), ha preso la decisione di intraprendere, in collaborazione con gli enti preposti alla gestione di questa fase di emergenza, azioni di supporto specifiche della professione.

Gli psicologi liguri, fin dalle prime ore dell'emergenza, hanno risposto al bisogno rilevato nella cittadinanza, nei sanitari e nei volontari impegnati sul campo, offrendo la propria disponibilità a dare sostegno e supporto psicologico attraverso la messa in campo di interventi di concerto con le istituzioni locali. Le azioni intraprese sono state illustrate da questo Ordine professionale agli Assessori dott.ssa Viale e dott. Giampedrone, al Direttore di Alisa dott. Locatelli, e ai Direttori generali e sanitari delle ASL liguri e degli Ospedali genovesi.

Le azioni, che in un primo tempo avevano assunto una forma spontaneistica e solidale ad opera di singoli colleghi, sono state poi coordinate dall'Ordine (come peraltro già avvenuto in seguito alla tragica emergenza creata dal crollo del ponte Morandi), che subito si è messo a disposizione delle autorità per offrire il proprio supporto professionale, pur nella consapevolezza dei limiti insiti nel proprio ruolo e nella limitatezza delle risorse a disposizione. In particolare, l'Ordine ha istituito e coordinato un

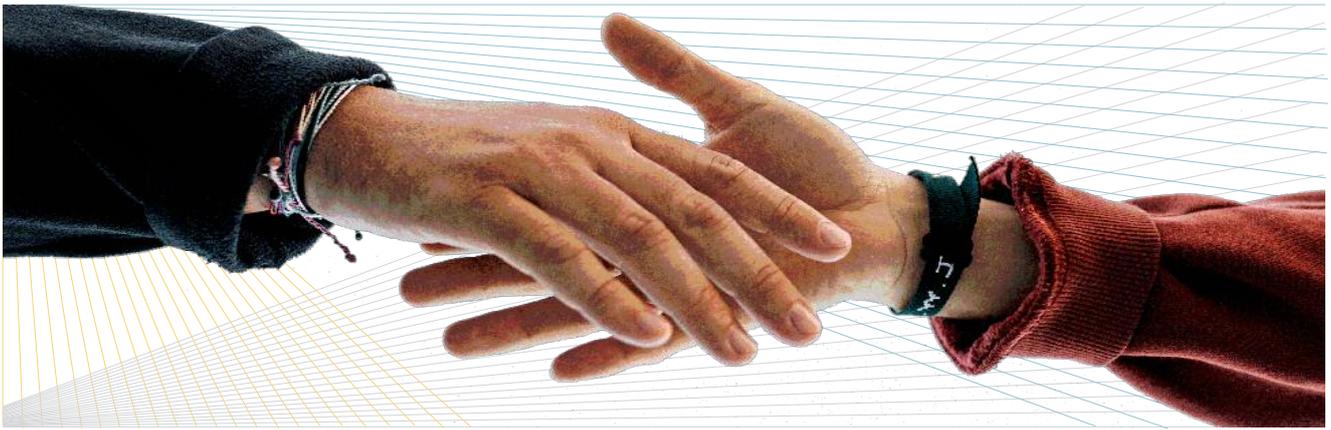
Servizio di ascolto psicologico, gestito operativamente dai colleghi di SIPEM SOS Liguria (Società di Psicologia dell'Emergenza), Croce Rossa, CISOM (Corpo Italiano Soccorso Ordine di Malta) ed EMDR Italia.

Il servizio di ascolto telefonico, utilizzato in modo significativo dalla popolazione, è stato proposto nell'ottica di dare una risposta di primo intervento alla domanda di supporto psicologico proveniente dalla popolazione in situazione di emergenza, e si è affiancato ai servizi di supporto curati dagli psicologi del SSR presenti nei centri territoriali di salute mentale e dipendenze, nei consultori familiari, nelle unità operative di neuropsichiatria, nei servizi disabili, nei Servizi territoriali e nei Presidi Ospedalieri delle AASSLL e nell'IRCSS S. Martino.

La presidente Fiaschi, a nome del Consiglio, ha invitato la Regione Liguria, nella figura dell'Assessore alla Sanità dott.ssa Viale, a prendere in considerazione la possibilità di un potenziamento in organico della figura dello psicologo, così da implementare, all'interno dei diversi servizi delle AASSLL, IRCCS e Presidi Ospedalieri, quell'azione di ascolto e di supporto che è apparsa necessaria a superare con resilienza la sfida che Covid-19 ha imposto.

Ha quindi condiviso con l'Assessore alla Protezione civile, dott. Giampedrone, una riflessione rispetto alla necessità di un coordinamento degli interventi psicologici per ottimizzare le numerose iniziative che sono state attivate in tutto il territorio ligure, e per individuare, eventualmente anche attraverso la costituzione di équipe per il supporto psico-sociale alla popolazione colpita da calamità, forme di sinergia da mettere in campo nei periodi di emergenza sanitaria, in linea con la Dir.P.C.M. del 13 giugno 2006 "Criteri di massima sugli interventi psico-sociali nelle catastrofi".

Riteniamo che solo attraverso un'azione sinergica, che integri in ottica multidisciplinare le diverse competenze e risorse presenti sul nostro territorio, sia



possibile rispondere ai bisogni della popolazione e fronteggiare le sfide connesse alla delicata fase emergenziale ed anche alle nuove fasi che stiamo vivendo.

Siamo inoltre convinti che sia fondamentale agire sul malessere fisico e psichico che questa situazione inevitabilmente sta portando con sé, ma riteniamo al contempo necessario implementare interventi mirati a prevenire l'insorgere di ulteriori condizioni di disagio e, ancor più, a promuovere la resilienza e il benessere della popolazione.

A seguito delle azioni intraprese siamo stati invitati e abbiamo partecipato al Tavolo tecnico denominato *Team Infanzia* su invito dell'assessore Viale e, successivamente, anche su invito dell'assessore Cavo. All'incontro del *Team Infanzia* erano presenti molteplici realtà del territorio ligure tra cui il presidente del Tribunale per i minorenni L. Villa, la Procuratore della Repubblica presso il Tribunale per i Minorenni di Genova T. Paolillo, il Difensore civico e garante per l'infanzia e l'adolescenza F. Lalla, l'Ordine dei medici Commissione Pediatria con i rappresentanti M. Fiore e G. Conforti, l'Ufficio scolastico regionale rappresentato da A. Clavarino, la Consulta dell'handicap C. Puppo e R. Bottaro, l'ANCI (Associazione nazionale Comuni italiani) rappresentato da I. Romagnoli. L'Ordine, a seguito degli incontri del Team infanzia ha successivamente intrapreso collaborazioni con l'Ufficio scolastico regionale e con i Pediatri.

Su proposta dei consiglieri Alessia Battaglia e Lorenzo Vita, è stato organizzato un incontro con gli iscritti che operano in contesto scolastico.

Obiettivo dell'incontro, coordinato da Anna Zunino, coordinatrice della Commissione Formazione e Cultura, è stato condividere idee e riflessioni sulla situazione della scuola di fronte alla fase emergenziale, identificare le criticità e le sfide che stavano emergendo e pensare a strategie progettuali e operative per essere pronti ad affrontare i nuovi scenari che caratterizzeranno il futuro della scuola. I colleghi

hanno partecipato con interesse e disponibilità, portando spunti utili a individuare traiettorie di intervento e nuovi spazi per la psicologia nel contesto scolastico. È stato prezioso il contributo del *GdL Psicologia scolastica* coordinato da A. Bisazza.

Mentre stiamo scrivendo, lo *spin off* universitario VIE (Valorizzazione Innovazione Empowerment srl) sta elaborando i questionari proposti dall'Ordine a studenti, genitori e docenti delle scuole liguri per esplorarne vissuti e bisogni legati all'emergenza Covid-19: i dati che emergeranno da questa analisi saranno oggetto di interlocuzione con i referenti della scuola (Ufficio Scolastico regionale e Dirigenti scolastici) e con gli amministratori locali (in particolare con l'Assessore all'Istruzione Ilaria Cavo) per supportare e promuovere la presenza dello psicologo nella scuola.

Il materiale è consultabile al seguente link: <https://www.ordinepsicologi-liguria.it/comunicazioni/attivita-e-documenti/>

La sinergia messa in campo con la pediatria, in particolare con M. Ottonello, M. Fiore, A Ferrando e G. Semprini, riguarda la progettazione di un ciclo di incontri di formazione rivolta ai pediatri di libera scelta ed anche dirette Facebook condotte in compresenza da psicologi e pediatri che raggiungano certe fasce della cittadinanza come le famiglie e gli adolescenti, per intercettarle su tematiche di loro interesse e rispondere a tutto tondo alle loro domande e richieste.

Il testo della proposta dell'Ordine degli Psicologi della Liguria è consultabile al link:

<https://www.ordinepsicologi-liguria.it/notizia/team-infanzia-documento-dalla-presidente-mara-donatella-fiaschi-alle-assessore-viale-e-cavo/>

Mara Donatella Fiaschi
Anna Zunino
Alessandra Brameri

Il quotidiano “La Repubblica” ... parla di psicologia

“La Repubblica” ha pubblicato il 24 maggio u.s., la lettera-comunicato della presidente Fiaschi in cui evidenzia che è giunto il momento di potenziare e valorizzare le unità di Psicologia e psicologi in forza agli ospedali e ai servizi territoriali perché, se è vero che migliaia di professionisti hanno prestato la loro opera gratuitamente in centinaia di iniziative locali, è anche vero che la solidarietà non basta e non si può chiedere a dei professionisti di lavorare gratuitamente: è fondamentale l’assunzione di nuovi psicologi e la previsione di investimenti specifici.

Di seguito il testo integrale della lettera che trovate anche al link: https://www.ordinepsicologi-liguria.it/wp-content/uploads/2020/05/06_La-Repubblica_24-maggio-2020_lettera-presidente-Fiaschi.png

Oggi la presa in carico psicologica del Servizio sanitario nazionale non riesce a soddisfare i bisogni della popolazione: bisogna potenziare e valorizzare le unità di Psicologia in forza agli ospedali e ai servizi territoriali.

L’ultimo decreto del Governo interviene sugli aspetti economici della crisi, ma sembra ignorare completamente l’allarme sulle conseguenze della pandemia per la salute psicologica dei cittadini: eppure non potrà mai esserci una vera ripresa senza salute psicologica e a dircelo è, in primis, l’Organizzazione Mondiale della Sanità, che ha riconosciuto l’importanza fondamentale del ruolo della psicologia e dello psicologo nella tutela della salute intesa come “stato di benessere fisico, psichico e sociale”.

Migliaia di professionisti hanno prestato la loro opera gratuitamente in centinaia di iniziative locali e nazionali e lo stesso Ministero della Salute ha attivato un numero verde di sostegno psicologico grazie al lavoro solidale di duemila colleghi. Su dieci psicologi mobilitati per la pandemia, sette lo hanno fatto in modo del tutto solidale, come risulta da un sondaggio condotto dal Consiglio nazionale degli Ordini degli Psicologi tra i propri iscritti. Ma la solidarietà

non basta. E oltretutto non si può chiedere a dei professionisti di lavorare gratuitamente per mesi. I bisogni psicologici dei cittadini necessitano di considerazione e rispetto; i professionisti devono essere sostenuti e riconosciuti.

Diventa, quindi, fondamentale l’assunzione di nuovi psicologi e la previsione di investimenti specifici: basti pensare che negli ultimi tre anni sono andati in pensione, senza alcuna forma di turnover, il 25% degli psicologi in forza al Servizio sanitario nazionale. La psicoterapia è quasi scomparsa dal servizio pubblico e, sempre più spesso, il disagio non può ottenere solo psicofarmaci come risposta. Per questo l’Ordine degli Psicologi della Liguria, insieme agli altri Ordini territoriali e al Consiglio nazionale, chiede alle istituzioni nazionali e locali l’adozione di misure concrete a protezione della salute psicologica.

È necessario recuperare un coordinamento più efficace tra gli ospedali ed il loro contesto, attraverso la previsione, il potenziamento e la valorizzazione delle unità di Psicologia che si interfacciano con i bisogni assistenziali e il territorio. Per assicurare interventi di prossimità e di comunità, servono figure come quella dello psicologo di cure primarie, di continuità assistenziale e di comunità nel welfare e nel terzo settore.

Accanto a queste risposte strutturali è importante pensare ad un bonus per le fasce più a rischio e a basso reddito, tale da consentire l’accesso rapido ad interventi nel privato e risposte immediate. Senza questi provvedimenti urgenti non ci sarà risposta neanche per le necessità più urgenti e le situazioni più vulnerabili, come i sopravvissuti al Covid-19, i parenti dei deceduti, gli operatori sanitari; senza dimenticare i minori in situazioni di disagio, le donne vittime di violenza, le persone con disabilità, i soggetti a rischio per disturbi psichici e suicidio. Non c’è salute senza salute psicologica: si curano persone, oltre che corpi.

Mara Donatella Fiaschi

Orphan of Femicide Invisible Victim

A BRACCIA APERTE

Iniziativa a favore degli orfani di vittime di femminicidio e crimini domestici



L'Ordine ha aderito al progetto "Orphan of Femicide Invisible Victim" per il bando "A braccia aperte" della Fondazione "Con i Bambini".

Nel partenariato multidisciplinare è presente *Il Cerchio delle Relazioni* (Centro Antiviolenza Mascherona), insieme ad altri centri antiviolenza della rete **D.i.Re** di Friuli-Venezia-Giulia, Veneto, Trentino Alto Adige, Emilia-Romagna, Lombardia e Liguria.

Il progetto proposto si muove in un'ottica di prevenzione, riconoscimento ed intervento nell'ambito

della complessa realtà degli/delle orfani/e di femminicidio.

L'obiettivo è la strutturazione di un dispositivo integrato nei territori di riferimento volto alla tutela e la promozione del benessere psicofisico dei figli e delle figlie delle donne vittime di femminicidio, che comprendano la sensibilizzazione e la costruzione di nuove prassi e strumenti di tutela.

L'Ordine avrà un ruolo economicamente non oneroso ma di supporto e potenziamento della rete e di attività di sensibilizzazione e divulgazione.

Tutela della professione

Il nostro Ordine ha portato avanti alcune azioni a tutela della professione

- Nel caso del conferimento dell'incarico di responsabile della SSD Assistenza disabili presso la Asl 3 in cui era stato inizialmente prevista la partecipazione dei soli medici, il consiglio dell'Ordine ha contestato la legittimità di questa restrizione immotivata e *contra legem*.
- Un altro caso di riservatezza della partecipazione ai soli medici è stata contestata dal nostro Con-

siglio in riferimento alla specialistica ambulatoriale – Comitato zonale Asl 3 in cui, tra l'altro viene richiesta una formazione disciplinare nell'ambito della Psicoterapia Umanistica Esistenziale e in tecniche psicoterapiche come la E.M.D.R. che presuppongono un approccio psicoterapico proprio degli psicologi psicoterapeuti, sicchè non vi è alcuna ragione per escluderli dalla selezione.

PHOTO BY MATHEU STERN - UNSPLASH.COM

Normazione della figura del Counsellor e Tavolo UNI

L'Ordine, nella persona della consigliera Bianca Cavallini, ha partecipato ad una recente seduta del Consiglio Nazionale che ha trattato la Tutela della professione focalizzandosi su questi due punti:

- Facendo il punto sui lavori dei tavoli in UNI, in particolare quello "counselor" dove ora sono presenti tutti e 21 i Consigli territoriali dell'Ordine, grazie al lavoro di concertazione condotto;
- Approvando un documento su **"Atti tipici e riservati della professione psicologica: la competenza del counseling"**.

<https://www.ordinepsicologi-liguria.it/comunicazioni/attivita-e-documenti/>

Psicologi e servizio sociale dell'Ente locale

L'Ordine si è interfacciato in più incontri con l'assessore F. Fassio e i funzionari del Comune di Genova già nello scorso anno. Erano stati previsti 10 posti per implementare la funzione della psicologia nei servizi sociali dell'ente locale genovese ma, ad oggi, nonostante il nostro rinnovato impegno non abbiamo ancora visto segnali concreti.

Le colleghe dipendenti del Comune hanno elaborato oggi un documento che mira a ridefinire il ruolo dello psicologo del Comune di Genova che, in altri comuni della Liguria è attivo e fortemente presente nelle equipe multiprofessionali.

Il documento approfondisce sia la normativa che le



funzioni dello psicologo attualmente richieste, e valorizza l'esperienza, maturata in anni di attività e formazione, affinché possa essere utilizzata per una riflessione comune in un'ottica di miglioramento dei servizi, quale obiettivo condiviso di operatori e amministratori.

Mara Donatella Fiaschi, Alessandra Brameri



Procura della Repubblica - Tribunale di Genova: ascolto persone fragili in tema di violenza

Su proposta della consigliera Marina Pittaluga, la nostra presidente M.D. Fiaschi con la stessa, hanno portato avanti la richiesta del nostro Ordine in merito all'assunzione dell'incarico di ausiliario della polizia giudiziaria e del Pubblico Ministero per l'ascolto di minori e/o persone particolarmente vulnerabili coinvolte in procedimenti penali.

Il tribunale ha confermato l'adozione del criterio di liquidazione secondo D.M. 2/09/2005 ex art. 24 che comporta una modifica significativa nel compenso di questa importante attività professionale svolta dagli psicologi.

Mara Donatella Fiaschi, Alessandra Brameri

GdL: ripresa delle attività e riunioni online

Da aprile 2020 sono riprese le attività dei GdL, a fronte di un momento di sospensione volto a mappare i gruppi attivi, riconfermare i coordinatori o nominarne di nuovi e organizzare le attività. In particolare, a seguito del Consiglio del 4 marzo 2020, sono stati riconfermati i seguenti GdL:

- **Area Giovani** – coordinatrice dott.ssa Pugiotto
 - **Etnopsicologia** – coordinatrice dott.ssa Spadacini
 - **Nuove Dipendenze** – coordinatore dott. Donzelli
 - **Psicologia Giuridica** – coordinatrici dott.ssa Guidali e dott.ssa Pittaluga
 - **Psicogeriatría/Neuropsicologia** – coordinatori dott. Veneziano e dott.ssa Nota
 - **Psicologia delle Organizzazioni** – coordinatrice dott.ssa Dusi
 - **Psicologia Scolastica** – coordinatrice dott.ssa Bisazza
 - **Psicologia dello Sport** – coordinatrice dott.ssa Mesemi
 - **Psicologia del Traffico** – coordinatrice dott.ssa Frisone
 - **DSA – Savona** – coordinatrice dott.ssa Alcetti
 - **Interventi terapeutici con animali** – coordinatrice dott.ssa Pecora
 - **Terzo settore** – coordinatrice dott.ssa Papparatto
- A seguito di queste conferme, la Segreteria ha provveduto a contattare tutti gli iscritti, al fine di raccogliere nuove iscrizioni da parte degli iscritti che volessero prender parte a uno o più gruppi. Tali iscrizioni, sono ancora possibili e invitiamo chiunque abbia interesse, a scrivere a ordine@ordinepsicologiliguria.it per manifestarlo. Raccolta l'adesione,

l'iscritta/iscritto viene messa in contatto con la coordinatrice o coordinatore del Gruppo scelto per iniziare a prender parte agli incontri.

Alla luce dell'emergenza Covid-19, si è reso necessario trasferire le riunioni in presenza in modalità online. A tal proposito, è stata acquistata una piattaforma di videoconferenza (*Cisco Webex Meetings*), utilizzata sia per i Consigli e le Commissioni, che per le riunioni dei GdL. Gli incontri seguiranno in modalità online. Nel momento in cui sarà possibile tornare a incontrarsi presso la sede dell'Ordine, ne verrà fatta comunicazione via email a tutti gli iscritti. In qualità di Consigliera Segretario e Coordinatrice GdL, auguro a tutti i Gruppi una proficua attività, confidando che sapranno, come sempre, proporre iniziative a valorizzazione e favore della nostra Professione.

Biancamaria Cavallini

Gli psicologi liguri ricevono una donazione

La collega Benedetta Elena Croce prima di lasciarcì, ha donato al nostro ordine un numero considerevole di libri a lei appartenuti, che ha desiderato fossero disponibili per la comunità degli iscritti.

La sua allieva e nostra collega, Silvia Di Caro, ci ha fatto pervenire questo prezioso lascito; al consiglio il compito di studiare una formula per renderli fruibili.

Neo iscritti: benvenuto online



I primi mesi dell'anno sono sempre mesi ricchi di nuove iscrizioni al nostro Ordine. In qualità di Consigliera Segretario, mi occupo dell'accoglienza dei nuovi colleghi, attraverso un incontro in presenza volto a presentare loro il nostro Ordine e il suo ruolo e attività.

L'incontro avrebbe dovuto tenersi a marzo e coinvolgere anche la dott.ssa Callero, in qualità di Coordinatrice della Commissione Deontologica. L'emergenza Covid-19 ci ha reso tuttavia impossibile organizzare la presentazione, che in un primo momento è stata rimandata.

Con l'aggravarsi della situazione, si è deciso di trasformare l'incontro in un video che i neo-iscritti potessero visionare da casa.

Il video è stato realizzato partendo dalle slide che vengono mostrate ai nuovi colleghi durante l'incontro di benvenuto a loro riservato, sulle quali abbiamo provveduto a registrare il parlato, in modo da arricchire e accompagnare il materiale.

Il video è stato caricato sul canale YouTube del nostro Ordine in modalità privata, garantendone l'accesso e la visione solo alle persone in possesso del relativo link. Tale link è stato inviato dalla Segreteria a tutti i nuovi colleghi.

Con piacere, comunico che il filmato è stato visto circa 80 volte, numero che coincide pressappoco con il numero dei colleghi nuovi iscritti da gennaio ad oggi.

Biancamaria Cavallini

Attività di comunicazione e ufficio stampa durante l'emergenza Covid-19



In questi mesi segnati dall'emergenza epidemiologica in Italia e nella nostra regione, l'Ordine degli Psicologi della Liguria, attraverso l'attività del proprio ufficio stampa, è intervenuto spesso con i suoi rappresentanti sui media locali.

Tante le domande che giornalisti di televisioni e carta stampata hanno rivolto ai nostri colleghi: da come gestire paura ed ansia per il diffondersi della pandemia, alle conseguenze psicologiche di una nuova quotidianità fatta di distanziamento sociale, smart working e convivenza forzata tra familiari che, in molti casi, mai prima d'ora erano stati costretti condividere gli stessi spazi per un periodo così prolungato e ininterrotto.

L'Ordine ha dunque cercato di soddisfare le richieste dei media promuovendo, al contempo, la promozione della professione e i temi connessi all'importanza del supporto psicologico, puntando l'attenzione sui vademecum messi a disposizione dei cittadini.

Di seguito, dunque, una carrellata dei principali interventi realizzati sulle diverse testate, rimandando, per maggiori dettagli, alla rassegna stampa aggiornata sul sito dell'Ordine:

- *sette interviste pubblicate su quotidiani locali (Il Secolo XIX, La Repubblica, Il Giornale);*

- *cinque interviste su siti di informazione* (Il Secolo Web, Mentelocale, Imperia Post) e
- *altrettanti passaggi televisivi* fra Primocanale, Te-lenord e Telegenova.

Da segnalare, inoltre, la campagna condotta per richiedere alle istituzioni locali il potenziamento delle unità di Psicologia negli ospedali e nei servizi terri-

toriali, la cui carenza è emersa in tutta la sua urgenza proprio durante l'emergenza coronavirus: su questo tema, "La Repubblica" ha pubblicato il 24 maggio una lettera della presidente Fiaschi e, nei giorni successivi, un analogo comunicato stampa è stato ripreso da diversi siti web.

Marco Gaviglio

Ufficio stampa dell'Ordine

Cosa succede intorno a noi



Arturo e Anita tendono la mano ai bambini

Questo è il link al nostro sito che contiene una raccolta di racconti per bambini, consigli pratici per famiglie e genitori, ed anche per adolescenti:

<https://www.ordinepsicologi-liguria.it/notizia/materiali-prodotti-dallordine-di-supporto-alle-famiglie-e-link-consigliati/>

Arturo e Anita sono due storie ideate rispettivamente da due colleghe: Elisabetta Graziano e Fulvia Caviglia. Ci piace pensare che, idealmente, tendano la mano a tutti i bambini che, in questi 80 giorni, il loro giro del mondo lo hanno fatto nelle loro case, sostenuti dalla loro fantasia e, speriamo, da una buona dose di resilienza.

Iniziative degli psicologi del **SSN** e **altri Enti**



Pagine 18-21 a cura di **Lara Belloni**

In questo difficile periodo i cittadini hanno potuto contare su numerose realtà che hanno offerto sostegno professionale nell'affrontare la delicata emergenza.

Oltre ai **Centri Antiviolenza** e i **Servizi Territoriali della Regione Liguria**, che hanno continuato la propria attività anche durante il periodo di emergenza, al fine di garantire una costante presenza e sostegno alle situazioni di fragilità, molte realtà hanno attivato servizi specifici dedicati al particolare momento.

Le **ASL liguri** hanno offerto sostegno psicologico ad adulti, giovani, genitori e neo genitori, persone con disabilità e personale sanitario, rendendo disponibili numeri telefonici e caselle di posta elettronica dedicati.

Per approfondimenti e modalità di accesso alle varie iniziative si rimanda alla pagina dedicata sul sito ordinistico: <https://www.ordinepsicologi-liguria.it/notizia/faq-coronavirus-frequently-asked-questions-per-gli-psicologi/#Ssn>.

L'**Istituto Giannina Gaslini** ha istituito "*Ciao, come stai?*" un servizio di sostegno rivolto ai bambini (questo il link alla pagina: <http://www.gaslini.org/comunicazione/ciaocomestai/>).

L'**Ufficio Scolastico Regionale**, attraverso il portale DIREGiovani, ha messo a disposizione un servizio di supporto psicologico accessibile attraverso il seguente link: <https://www.diregiovani.it/>.

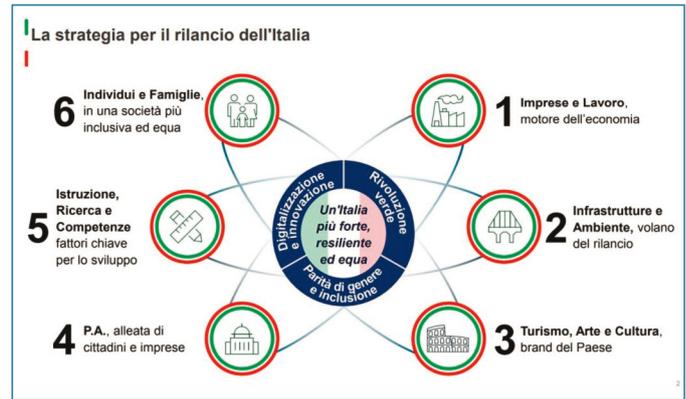
Alcuni psicologi-psicoterapeuti della rete "*Stessa strada per crescere insieme*", progetto dell'**Unione Italiana Ciechi e Ipovedenti**, hanno offerto la propria disponibilità a colloqui gratuiti di ascolto (questo il link alla pagina dello Sportello di ascolto psicologico Covid-19: http://www.uiciechi.it/Psicologi/ascolto_psicologico.asp).

Sipem SOS e **Federanziani** hanno realizzato un servizio dedicato appunto agli anziani soli attraverso l'istituzione di un numero verde (questo il link alla pagina: <http://www.senioritalia.it/progetti/coronavirus-senior-italia-windtre-sipem-federazione-numero-verde-anziani-soli/>).

Hanno inoltre continuato ad offrire i propri servizi anche durante il periodo di emergenza i **Centri Antiviolenza** e i **Servizi Territoriali della Regione Liguria**.

Piano “Rilancio Italia”

Nel **Piano Rilancio Italia**, redatto dalla Task Force appositamente nominata dal governo, di cui ha fatto parte anche la collega Elisabetta Camussi, viene data rilevanza agli aspetti psicologici nel rilancio e nello sviluppo della società tutta. Per citare alcuni punti, lo “sviluppo del capitale psicologico” viene posto quale tema strategico del piano (pag. 94 del piano), viene sottolineata la necessità della presenza di psicologi nei “Presidi di Welfare di prossimità” (pag.102), nonché quella di garantire supporto psicologico alle famiglie (pag. 103).



Psicologo di base: in Puglia il via alla sperimentazione



Il Consiglio Regionale pugliese ha approvato la proposta di legge che vede l'istituzione della figura dello **Psicologo di Base**, che verrà affiancato ai medici di medicina generale e ai pediatri di libera scelta per un primo anno di sperimentazione.

I colleghi svolgeranno funzioni di coordinamento e programmazione per la psicologia territoriale.



In questo periodo di emergenza, il Consiglio Nazionale dell'Ordine degli Psicologi si è attivato su numerosi fronti, per garantire la salute psicologica dei cittadini e al contempo valorizzare il ruolo dello psicologo e della psicologia nel far fronte a questa eccezionale situazione.

... #psicologicontrolapaura

L'hashtag **#psicologicontrolapaura**, creato dal CNOP, ha caratterizzato le iniziative attivate a favore dei cittadini, quali la realizzazione di un **vademecum psicologico** sull'epidemia (scaricabile sul sito del CNOP stesso al link <https://www.psy.it/un-vademecum-anti-ansia-degli-psicologi-nelle-farmacie-italiane.html>) distribuito anche presso le farmacie italiane, e di una guida antistress (scaricabile al questo link: <https://d66rp9rxjwty.cloudfront.net/wp-content/uploads/2020/04/Guida-anti-stress-per-i-cittadini2.pdf>).

È stata inoltre proposta l'iniziativa **#psicologionline**, volta a offrire solidarietà alla cittadinanza e dare al contempo risalto alla professione: un **motore di ricerca nazionale** raccoglie i colleghi disponibili ad effettuare prestazioni online, in molti casi offrendo un primo colloquio gratuito a cui possono seguire interventi più strutturati.

Questo il link per aderire all'iniziativa:

<https://www.giornatapsicologiastudiaperti.it/signup.php>

e questo il link al motore di ricerca:

<https://www.giornatapsicologiastudiaperti.it/>



Consiglio Nazionale Ordine Psicologi

CNOP e ...

... prestazioni online

In merito alle prestazioni psicologiche a distanza durante l'emergenza Covid, il Consiglio Nazionale ha fornito agli iscritti numerosi strumenti:

Sono state elaborate delle linee di indirizzo consultabili sul sito alla pagina <https://d66rp9rxjwty.cloudfront.net/wp-content/uploads/2020/04/LINEE-DI-INDIRIZZO-PER-LINTERVENTO-PSICOLOGICO-A-DISTANZA-A-FAVORE-DELLA-POPOLAZIONE-NELLEMERGENZA-COVID-19-1.pdf>.

È stato inoltre redatto un documento sulla somministrazione di strumenti psicodiagnostici, coordinato dalla vice presidente CNOP Laura Parolin ed elaborato insieme ai consiglieri Mara Fiaschi e Luca Pezzullo, consultabile al seguente indirizzo: <https://www.psy.it/somministrazione-test-psicologici-a-distanza.html>.

È stata messa a disposizione la traduzione italiana delle Linee Guida per i test basati su computer e internet della International Test Commission (questo il link alla pagina: <https://www.psy.it/linee-guida-per-i-test-basati-su-computer-e-internet-della-itc.html>)

Infine, è stato fornito l'accesso gratuito, per 12 mesi, alla piattaforma www.psicologiaitelefono.it. La piattaforma permette tra l'altro di inviare direttamente fattura sanitaria e di inviare e certificare il modulo privacy GDPR.

... ECM per impegno nell'emergenza

Il Governo ha stabilito l'accreditamento di 50 crediti ECM per alcune professioni sanitarie impiegate nell'emergenza.

Il CNOP, insieme ad altri ordini professionali sanitari, ha espresso al governo la richiesta di estendere questo provvedimento a tutte le professioni sanitarie. Per aggiornamenti in merito consultare la pagina del CNOP www.psy.it.

... sostegno al personale sanitario

In seguito all'attivazione del CNOP e della Federazione Nazionale Ordini delle Professioni Infermieristiche, INAIL e CNOP hanno elaborato indicazioni procedurali e strumenti utili all'attivazione di servizi di sostegno e prevenzione del burnout negli operatori sanitari impegnati nell'emergenza Covid (link: <https://www.psy.it/covid-19-e-gestione-dello-stress-al-via-linziativa-per-il-supporto-psicologico-del-personale-sanitario.html>).

Sono state costituite *task force* psicologiche nelle strutture sanitarie ed è stata redatta una scheda per il triage psicologico che possa indirizzare il primo colloquio ed aiutare nella valutazione dell'evoluzione delle situazioni prese in carico.

... bisogni psicologici dei lavoratori

In merito ai bisogni psicologici legati allo *smart working* e più in generale alle fragilità psicologiche incontrate dai lavoratori in questo periodo, il CNOP ha avviato una collaborazione con la Società Italiana di Psicologia del Lavoro (SIPLLO) partecipando ad un tavolo con HRC Group (*community* che riunisce circa 500 fra direttori delle risorse umane e amministratori delegati di aziende con sede nel nostro Paese).

La SIPLLO ha quindi elaborato un documento operativo per le aziende ed i lavoratori: "*Una proposta operativa di intervento nel cambiamento dei processi produttivi e del ruolo dello psicologo del lavoro e delle organizzazioni*", scaricabile dalla pagina di SIPLLO al link <https://www.siplo.org/2020/05/21/siplo-proposta-operativa-di-intervento-nel-cambiamento-dei-processi-produttivi-e-il-ruolo-dello-psicologo-del-lavoro-e-delle-organizzazioni/>.

... diritto alla salute psicologica

Il CNOP ha promosso una mobilitazione in seguito all'esclusione del diritto alla salute psicologica dal Decreto "Rilancio", raggruppando le differenti iniziative volte a far emergere l'importanza della salute psicologica sotto l'hashtag [#lasalutepsicologicaèundiritto](#).

In un comunicato firmato dall'esecutivo CNOP e dai presidenti degli Ordini regionali, si è evidenziata ancora una volta l'importanza della sfera psicologica nel garantire il benessere degli individui, come sancito anche dall'OMS, che definisce la salute come "stato di benessere fisico, psichico e sociale e non semplice assenza di malattia".

Si è quindi sottolineata l'importanza di incrementare la presenza degli psicologi nel SSN e di rendere accessibile ai cittadini il ricorso a professionisti privati, ad esempio attraverso lo stanziamento di specifici bonus per le fasce maggiormente a rischio e con basso reddito. Il comunicato è scaricabile dalla pagina del CNOP al seguente link: <https://www.psy.it/la-salute-psicologica-e-un-diritto-cittadini-chiedono-azioni-concrete-a-protezione-della-loro-salute-psicologica.html>.

... Stati Generali del Governo

Il Presidente David Lazzari ha consegnato agli Stati Generali del Governo un documento concernente le proposte della professione in merito al rilancio del paese. Nel documento viene evidenziata la necessità di creare o implementare presidi psicologici in luoghi sensibili, il ruolo svolto alla comunità professionale durante il periodo acuto della crisi sanitaria, l'importanza del punto di vista psicologico nel pensare alla ripresa del paese dopo una crisi tanto eccezionale. Viene inoltre annunciata la stesura di un documento con proposte maggiormente dettagliate e precise. La sintesi attualmente consegnata agli Stati Generali è visibile al seguente link: <https://www.psy.it/il-cnop-agli-stati-general-del-governo.html>.

... Fase2: vademecum per la sanificazione degli studi professionali

È disponibile sul sito dell'Ordine Nazionale (al seguente link: <https://d66rp9rxjwtyw.cloudfront.net/wp-content/uploads/2020/05/Opuscolo-vademecum-FASE-2-1.pdf>) un pratico vademecum con indicazioni per lo svolgimento delle prestazioni psicologiche durante la fase 2 dell'emergenza.

La collaborazione tra l'Ordine e ALISEO

#PROGETTIAMOCI
IL FUTURO

Negli ultimi mesi è nata una collaborazione tra il nostro Ordine e *Aliseo, Agenzia della Regione Liguria per gli studenti e l'orientamento*.

La collaborazione è iniziata attraverso il patrocinio di un vademecum prodotto per i genitori da *#ProgettiamociIlFuturo*, progetto costola di Aliseo, con l'obiettivo di supportare le famiglie nell'orientamento scolastico dei figli. Il vademecum, che verrà presto distribuito, contiene un'introduzione a firma della nostra Presidente Mara Fiaschi.

La collaborazione con Aliseo è poi proseguita il 3 giugno, quando la Consigliera Segretario Biancamaria Cavallini ha partecipato, in qualità di relatrice, al webinar "*Una nuova normalità!*", tenuto da *#ProgettiamociIlFuturo* e rivolto ai genitori. Nella sua relazione, la Consigliera Segretario ha affrontato il ruolo e il significato che l'incertezza, l'ansia e la socialità digitale hanno per gli adolescenti.

La prospettiva è quella di mantenere un filo diretto con Aliseo e *#ProgettiamociIlFuturo*, continuando a dialogare insieme per realizzare iniziative volte a sostenere i ragazzi e i loro genitori ad affrontare le scelte di vita e lo sviluppo personale e sociale.

L'orientamento è un processo delicato nella vita delle persone, e, come tale, necessita di supporto informativo, cognitivo, affettivo e relazionale, supporto che la nostra Professione è chiamata a dare.

Biancamaria Cavallini



Affrontare il Covid-19

lo sportello di ascolto psicologico dell'Ordine degli Psicologi della Liguria



Nel mese di marzo 2020, in piena fase emergenziale da Covid-19, l'Ordine degli Psicologi della Liguria ha deciso di attivare una linea telefonica di ascolto psicologico per offrire supporto alla popolazione. L'iniziativa, avviata il 19 marzo e coordinata dalla Presidente Mara Fiaschi e dall'Esecutivo (composto da Anna Zunino, Bianca Cavallini e Claretta Femia), ha coinvolto circa quaranta psicologi e psicoterapeuti appartenenti a diverse organizzazioni di Psicologia dell'Emergenza attive sul territorio – SIPEM Liguria Sos (Società Psicologia dell'Emergenza Liguria), CISOM (Corpo Italiano di Soccorso dell'Ordine di Malta), Croce Rossa, Società Scientifica EMDR Italia – che hanno aderito da subito offrendo la loro disponibilità.

La linea telefonica, accessibile tutti i giorni della settimana in tre fasce orarie giornaliere (9.00-12.00, 14.00-17.00, 19.00-21.00), offriva al chiamante la possibilità di entrare in contatto con un operatore – che rispondeva in anonimato – per rivolgere una richiesta di ascolto/supporto psicologico. La telefonata consentiva al chiamante di rimanere anonimo, previa

concessione di autorizzazione alla registrazione di dati sensibili nel caso in cui l'operatore avesse ritenuto opportuno attivare un'assistenza sanitaria urgente (118 o numero anti-violenza) a causa della gravità della problematica portata dal chiamante.

Durante il periodo di attivazione (il servizio di ascolto ha avuto termine l'11 maggio 2020, in concomitanza con l'attivazione della fase 2 dell'emergenza e di altri servizi di supporto psicologico a livello nazionale), sono arrivate al centralino circa novecento chiamate. Di queste, poco più di trecento sono state interrotte durante l'ascolto della registrazione volta al consenso informato, e un centinaio è stato effettuato al di fuori delle fasce orarie previste dal servizio. In un ulteriore centinaio di casi non è stato possibile interagire con il chiamante a causa di un disturbo della linea, oppure perché il motivo alla base non era inerente lo scopo dello sportello di ascolto (ad esempio, ricerca di percorsi psicologici a lungo termine gratuiti o di numeri di altri enti), o ancora poiché provenienti da cittadini che chiedevano informazioni e chiarimenti rispetto al servizio offerto, o da operatori



del 118 che volevano segnalare una situazione di difficoltà di un loro utente. Per quanto concerne le telefonate per cui è stato possibile fornire il servizio di ascolto, l'operatore ha trascritto alcuni dati socio-anagrafici e annotato motivazioni e contenuti emersi dal colloquio con il chiamante. Non in tutti i casi è tuttavia stato possibile ricostruire con precisione e nella loro completezza le informazioni concesse alle singole chiamate.

L'analisi di dettaglio delle 284 telefonate di cui sono disponibili sufficienti informazioni, fa emergere un quadro che aiuta a comprendere meglio le motivazioni che hanno portato all'utilizzo del servizio.

Le persone che hanno usufruito dello sportello di ascolto telefonico sono state per la maggior parte di genere femminile (68%) e di un'età compresa tra i 17 e gli 89 anni (età media: 51.6±18.4).

La maggior parte degli utenti ha chiamato per se stesso/a (89.9%), mentre un minor numero (9,5%) ha telefonato per un familiare o un amico. Le telefonate sono pervenute prevalentemente dalla Liguria (67.9%), ma sono state ricevute chiamate anche da altre regioni (Lazio, Lombardia, Piemonte, Puglia, Sicilia, Toscana e Veneto) (vedi Tabella 1).

Per quanto concerne le motivazioni della telefonata, il 58.4% dei chiamanti afferma di non avere disturbi psicologici, ma è significativo rilevare che più di un terzo di loro (39.8%) ha riferito di soffrirne o di averne sofferto nel passato, anche se solo una parte minoritaria delle persone che hanno telefonato ri-

Tabella 1 – Caratteristiche degli utenti

		Frequenza	%	% valida
<i>Genere</i>	Femminile	193	68	68.2
	Maschile	90	31.7	31.8
	Mancanti	1	0.4	100
	Totale	284	100	
<i>Località di provenienza della chiamata</i>	Genova	125	44	55.6
	Imperia	13	4.6	5.7
	La Spezia	35	12.3	15.6
	Savona	20	7	8.9
	Altre regioni	32	11.3	14.2
	Mancanti	59	20.8	100
Totale	284	100		
<i>Chiama per</i>	Se stesso/a	255	89.8	90.4
	Familiare/amico	27	9.5	9.6
	Mancanti	2	0.7	100
	Totale	284	100	

porta di assumere attualmente psicofarmaci (15.5%). Tra coloro che riferiscono disturbi psicologici pregressi, il 27.4% riporta di essere stato seguito dal Servizio Pubblico (Centri di Salute Mentale, Medico di base, etc), mentre il 23.9% dichiara di essere stato preso in carico da uno psicologo/psicoterapeuta privato. Non tutti gli utenti hanno specificato quale fosse la problematica, mentre alcuni ne hanno dichiarata più d'una; tra i disagi più riferiti vi sono quelli legati all'ansia (attacchi di panico, fobie e ipocondrie) (33.4%), disturbi depressivi (26%) e lutti irrisolti (11.5%) (vedi Tabella 2).

Tabella 2 – Frequenza dei disturbi psicologici pregressi

		Frequenza	%	% valida
<i>Disturbo psicologico pregresso</i>	Sì	113	39.8	40.5
	No	166	58.4	59.5
	Mancanti	5	1.8	100
	Totale	284	100	
<i>Assume psicofarmaci</i>	Sì	44	15.5	
	Non riferisce nulla in merito	240	84.5	
	Totale	284	100	
<i>Tipologia di disturbo</i>	Alimentare	8	8.4	
	Bipolare	10	10.4	
	Borderline di personalità	2	2.1	
	Ansia	32	33.4	
	Sintomi somatici da tic	1	1	
	da uso di sostanze	2	2.1	
	di personalità (non specificato)	1	1	
	Depressivo	25	26	
	Ossessivo compulsivo	2	2.1	
	Lutto irrisolto	11	11.5	
	Asperger	1	1	
	Totale	96	100	
	<i>Seguito da</i>	Neurologo	2	1.8
Psichiatra		14	12.4	18
Psicologo		16	14.2	20.5
Psicoterapeuta		11	9.7	14.1
Servizio Pubblico		31	27.4	39.7
Riferisce di essere seguito ma non specifica		4	3.5	5.1
Non riferisce nulla a riguardo		35	31	100
Totale		113	100	



Le problematiche riferite dagli utenti che li hanno motivati all'utilizzo dello sportello telefonico sono state categorizzate in tre grandi insiemi: aspetti relazionali ed economici, aspetti legati alla malattia Covid-19 e aspetti legati alla sintomatologia psicologica. Spesso gli utenti riportavano problematiche riferibili a più categorie.

Nella categoria degli aspetti relazionali ed economici (vedi Tabella 3) sono rientrate le difficoltà relative alla gestione delle situazioni familiari e personali connesse alle restrizioni imposte nel periodo di lock-down. Sono emerse così difficoltà familiari legate all'accudimento dei soggetti fragili (anziani e figli) ($n = 58$), problematiche di coppia e di convivenza tra familiari ($n = 43$), violenza all'interno del nucleo familiare ($n = 3$), difficoltà nelle relazioni amicali ($n = 3$). A queste si sono aggiunti il senso di solitudine e di abbandono provati durante il lock-down ($n = 61$). Inoltre, sono emerse problematiche legate alle preoccupazioni economiche e lavorative ($n = 20$), oltre a difficoltà connesse all'isolamento e alle restrizioni sociali ($n = 22$).

Tabella 3 – Frequenza degli aspetti relazionali ed economici

		Frequenza
<i>Aspetti relazionali</i>	Difficoltà accudimento anziani	23
	Difficoltà accudimento figli	35
	Difficoltà convivenza familiari	13
	Difficoltà di coppia	30
	Difficoltà relazioni amicali	3
	Difficoltà restrizioni sociali / isolamento	22
	Preoccupazioni economiche / lavorative	20
	Solitudine / senso di abbandono	61
	Violenza domestica	3

Nella categoria degli aspetti relativi al Covid-19 (vedi Tabella 4) sono state raggruppate le problematiche relative alla malattia propria o dei familiari ($n = 26$) e ai lutti per i familiari morti a causa del Covid-19 ($n = 14$). Sono state inserite in questa categoria anche le chiamate di operatori sanitari – pervenute soprattutto nella fase iniziale di attivazione del servizio

– che chiedevano un supporto psicologico per se stessi ($n = 6$).

Tabella 4 – Frequenza degli aspetti relativi al Covid-19

		Frequenza
<i>Aspetti legati alla malattia</i>	Diagnosi di Covid positivo	10
	Lutto familiari	14
	Operatori sanitari	6
	Preoccupazione familiari contagiati	16

La categoria degli aspetti legati alla sintomatologia psicologica è quella che presenta una frequenza maggiore (vedi Tabella 5). In particolare, spicca la sintomatologia ansiosa ($n = 205$), nella quale sono stati inclusi i riferimenti ad ansie, preoccupazioni, paure (generiche, di contagio e/o di morte), attacchi di panico, fobie (in particolare, fobie sociali e agorafobia), ipocondria, paura di perdere il controllo, e una serie di aspetti sintomatologici fisici quali fiato corto, stato di agitazione, tachicardia. A seguire la sintomatologia depressiva ($n = 83$), nella quale sono stati categorizzati i riferimenti all'umore depresso e alla tristezza, i pensieri suicidari, i sensi di colpa e la sintomatologia legata all'insonnia e/o all'inappetenza. Ancora, la ricaduta psicopatologica ($n = 75$), propria di quegli utenti che hanno dichiarato che il disturbo psicologico di cui soffrono/soffrivano si è acuito o è ricomparso durante il lock-down. Infine, i lutti, attuali o irrisolti ($n = 16$), e la sintomatologia ossessiva ($n = 9$), caratterizzata da rituali, pensieri intrusivi, ricerca compulsiva di informazioni.

Tabella 5 – Frequenza della sintomatologia psicologica

		Frequenza
<i>Sintomatologia psicologica</i>	Abuso di farmaci / sostanze	4
	Aggressività/rabbia	5
	Impotenza/frustrazione	10
	Lutti	16
	Pensieri paranoici/persecutori	5
	Sintomatologia ansiosa	205
	Sintomatologia depressiva	83
	Sintomatologia ossessiva	9
	Ricaduta psicopatologica pregressa	75



Per gestire la chiamata, i colleghi hanno utilizzato diverse tecniche (a volte anche più d'una per lo stesso utente), che variano dall'ascolto attivo ($n = 205$), alla normalizzazione delle emozioni ($n = 31$), alla psico-educazione ($n = 128$), agli esercizi di respirazione e/o rilassamento ($n = 22$), al supporto psicologico ($n = 55$), al riconoscimento e valorizzazione delle risorse individuali e collettive ($n = 57$) e all'orientamento nel qui e ora ($n = 11$).

Va rilevato che gli interventi nelle situazioni di emergenza si differenziano almeno in parte da quelli psicologici e psicoterapeutici tradizionali, tendendo a fornire sostegno immediato, limitare l'insorgenza di confusione e incanalare l'energia proveniente dalla situazione di stress. Il supporto è focalizzato sul qui e ora e sul potenziamento delle capacità di *coping* dell'utente.

Gli operatori avevano il compito di chiudere la chiamata scegliendo, a seguito di una valutazione specifica per ogni caso, fra tre tipi di chiusure: una chiusura che non prevedeva nessun orientamento dell'utente verso altri servizi, una chiusura che prevedeva un orientamento a un servizio pubblico / privato o, infine, una chiusura che implicava un'attivazione di altri servizi per la gestione di casi particolarmente critici.

La maggior parte delle telefonate è stata chiusa senza che emergesse la necessità di un qualche tipo di orientamento dell'utente (64.4%). Questo dato appare particolarmente interessante, perché sembra dimostrare l'utilità di un intervento che, seppur breve, può dare risultati efficaci.

L'obiettivo è quello di normalizzare le reazioni degli individui rispetto alla crisi, esplorando e mobilitando le risorse presenti. La premessa è che le persone siano sostanzialmente resilienti e che compito dell'intervento sia attivare e rinforzare la capacità autonoma delle persone di rispondere alle situazioni problematiche e di avviare una ricostruzione positiva della crisi.

Nei casi invece in cui l'operatore ha ritenuto necessario offrire un orientamento (33.1%), la maggior parte delle volte (36.2%) ha indirizzato l'utente verso il Servizio pubblico (CSM o MMG) o verso un percorso psicoterapico (18.1%), orientando l'utente verso la piattaforma online messa a disposizione dal CNOP che raggruppava gli psicologi disponibili a offrire supporto, oppure consigliando all'utente di ricontattare il professionista che lo ha/aveva in carico (18.1%) o invitando l'utente a ricontattare lo sportello telefonico qualora ne sentisse ancora il bi-

sogno (17%) o ancora fornendo numeri telefonici da contattare per eventuali ulteriori necessità (10.6%).

Soltanto in due casi (0.7%) l'operatore ha attivato altri soggetti per un intervento di urgenza a causa della criticità della situazione riportata dall'utente (vedi Tabella 6).

Tabella 6 – Frequenze relative alla tipologia di chiusura della telefonata

		Frequenza	%	% valida
<i>Tipologia di chiusura</i>	Nessun orientamento	183	64.4	65.6
	Attivazione	2	0.7	0.7
	Mancanti	5	1.8	100
	Totali	284	100	
<i>Tipologia di orientamento</i>	Numeri di assistenza/informazione	10	10.6	
	Psicoterapia (servizio pubblico/piattaforma)	17	18.1	
	Servizio Pubblico	34	36.2	
	Sportello telefonico	16	17	
	Vecchia presa in carico	17	18.1	
	Totali	94	100	

Alcuni dei colleghi che hanno risposto alle telefonate hanno annotato ciò che gli utenti hanno riferito in chiusura della chiamata ($n = 98$): emergono in particolare i ringraziamenti degli utenti, ma anche il sollievo e il senso di tranquillità sperimentato grazie alla chiamata (vedi Figura 1).

Sono diverse le emozioni positive che vengono riportare, tra cui la sensazione di stare meglio, il sentirsi consapevoli e grati per l'aiuto percepito. Soprattutto, gli utenti sembrano aver riconosciuto nello sportello uno spazio per sé, uno spazio di ascolto, uno spazio capace di "tirare fuori risorse, che pensavo di non avere più" e di "tirare fuori tutte le paure senza spaventarmi".

Le persone che hanno telefonato hanno, inoltre, sentito la comprensione e il supporto fornito dagli operatori, tanto da dire loro che devono essere orgogliosi del lavoro che svolgono.



Figura 1 –

Wordcloud dei termini utilizzati dagli utenti per descrivere i vissuti provati in chiusura della telefonata. La dimensione della parola è correlata alla frequenza con cui il termine compare negli appunti degli operatori.

Riflessioni conclusive

I dati raccolti in occasione delle telefonate allo sportello di ascolto telefonico si configurano come utile strumento di lettura dei vissuti di coloro che hanno usufruito del servizio.

La lettura dei dati statistici nel campo della psicologia dell'emergenza è tuttavia un atto che richiede grande cautela da parte degli stessi operatori. Nei contesti emergenziali, infatti, la raccolta approfondita degli elementi utili a fare inferenze psicometriche deve essere posta in secondo piano rispetto alla necessità di intervenire in un lasso di tempo molto breve, e in un contesto spesso caotico e confuso, su situazioni di disagio psicologico o psichiatrico acuto.

Tuttavia, grazie al servizio di ascolto psicologico telefonico attivato durante la fase emergenziale dovuta al Covid-19, è stato possibile raccogliere una quantità di dati utile a fare una prima valutazione rispetto all'emergenza, dati che potranno essere integrati con le rilevazioni dei servizi territoriali per monitorare l'evoluzione del disagio psicologico della popolazione nei prossimi mesi e anni.

Un dato a cui potrebbe essere interessante prestare attenzione riguarda la percentuale delle telefonate provenienti da fuori Regione. Pur essendo infatti promosso come un numero di ascolto afferente all'Ordine degli Psicologi della Liguria, le chiamate da

fuori regione (11,3% delle chiamate, circa una su dieci) hanno messo in evidenza un bisogno diffuso di sostegno psicologico. Chi è in cerca di aiuto, specialmente in una situazione di crisi acuta, cerca nel primo supporto disponibile una guida che lo tranquillizzi e lo orienti sul da farsi.

Ci sono stati tuttavia diversi soggetti che, pur probabilmente bisognosi di aiuto, si sono fermati all'ascolto della registrazione connessa alla richiesta di consenso informato e non hanno proseguito oltre. Il timore che non fosse garantito l'anonimato ha forse allontanato queste persone.

Nonostante questo dato non sia trascurabile, si ritiene che la facilità di accesso al servizio abbia favorito l'utilizzazione del servizio di ascolto psicologico da parte di un numero importante di persone. Il fatto poi che un numero residuale di chiamate sia stato effettuato al di fuori delle fasce orarie stabilite, può essere a dimostrazione di una adeguata distribuzione delle stesse nell'arco della giornata e, forse non meno, della capacità delle persone di differire la soddisfazione della richiesta di aiuto facendo appello a proprie risorse interne.

Invece, il dato che più di un terzo (39,8%) degli utenti ascoltati abbia riferito di aver sofferto di disturbi psicologici pregressi e di essere stato seguito dal Servizio Pubblico o da terapeuti privati, sottolinea a nostro avviso quanto la tempestività dell'intervento coordinato dall'Ordine sia stato di supporto in modo particolare alle persone più fragili, tra cui



numerosi utenti dei servizi pubblici con patologie spesso croniche che hanno dovuto fare i conti sia con la chiusura di servizi territoriali semiresidenziali sia con la limitazione delle visite ambulatoriali prevista nelle Direttive Ministeriali e Regionali connesse alle azioni di prevenzione della trasmissione pandemica.

Le persone con problematiche psichiatriche e psicologiche pregresse rappresentano una delle categorie più a rischio di sviluppo di un disturbo legato al trauma e allo stress, configurandosi come vittime di 5° livello (Taylor e Frazer, 1981). Gli psicologi che hanno realizzato l'ascolto telefonico hanno contribuito a rafforzare la ripresa dei percorsi di cura, normalizzando le reazioni degli utenti alla situazione di emergenza e cercando di contenere gli aspetti più problematici del disagio da questi percepito.

Nella psicologia dell'emergenza è nota l'importanza dell'intervento tempestivo per accogliere il disagio psicologico e per valorizzare al meglio le risorse adattive, individuali, relazionali e comunitarie. L'obiettivo costante è quello di accompagnare al meglio le difficoltà di adattamento e/o di prevenire lo sviluppo di quadri reattivi ansiosi o depressivi che possono rallentare o congelare i necessari processi di elaborazione dei vissuti connessi agli eventi abnormi.

È noto inoltre quanto sia essenziale per lo psicologo dell'emergenza, psicoterapeuta o meno, mantenere un proprio setting interno "sufficientemente buono", in grado di cogliere, accogliere, saper comprendere e contenere momentaneamente il bisogno psicologico dell'utente, per aiutarlo a raggiungere una miglior stabilizzazione emotiva e per favorire un riequilibrio tra realtà psicologica interna e realtà esterna.

In un setting così particolare e temporalmente ridotto come quello telefonico, l'intervento prevalente dell'operatore è stato l'ascolto attivo della domanda, rimanendo in silenzio a "sentire" le emozioni espresse, il pianto, le paure, la rabbia, i dubbi e le domande degli utenti, che in quel momento stavano comunicando, ciascuno con la propria modalità espressiva, il loro livello di sofferenza, i vissuti di impotenza e, spesso, la propria vulnerabilità di fronte ad una emergenza di portata mondiale che stava invadendo sempre più numerosi ambiti della vita personale e familiare, la loro come quella di tutti.

Attraverso il silenzio empatico, l'ascolto attivo, gli interventi di psico-educazione, è stato favorito nell'utente, con competenza e attenta discrezione e

attraverso interventi orientati alla valorizzazione delle risorse e al monitoraggio dello stato delle reti relazionali e di supporto socio-sanitario, l'attivazione di un miglior equilibrio emozionale.

Il sollievo degli utenti nella fase conclusiva della telefonata sembra rappresentare non solo il riconoscimento verso il servizio in sé, ma appare anche testimoniare il vissuto positivo che gli interventi strutturati e coordinati possono ingenerare nelle vittime di una emergenza.

Attraverso l'attivazione dello sportello di supporto telefonico ci sembra sia emerso in modo evidente il bisogno di aiuto psicologico presente nella popolazione.

L'auspicio è quindi quello che le Istituzioni regionali sanitarie e di protezione civile facciano il possibile per organizzare e dimensionare al meglio il supporto psicologico nell'emergenza, attivando servizi dedicati – come per esempio le Équipe Psicossociali delle Emergenze (EPE) previste nella Direttiva del 2006 "Criteri di massima sugli interventi psico-sociali nelle catastrofi" – e coordinandosi, al bisogno, con gli organi sussidiari dello Stato come gli Ordini professionali e le organizzazioni di protezione civile, per dare voce al diritto costituzionale di ogni cittadino alla salute e alla cura.

Ha curato l'elaborazione dei dati: Cinzia Modafferi (V.I.E. Valorizzazione Innovazione Empowerment srl, spin-off Università di Genova).

Un particolare ringraziamento a: *Serena Bennacchi, Giorgia Benzi, Alessia Bisazza, Massimo Botti, Annamaria Caprile, Antonella Caria, Valentina Carlini, Davide Cocchi, Raffaella Cocchiola, Concetta Colaninno, Elena Dacrema, Greta Del Taglia, Cristiana Dentone, Elisa Fadda, Luca Fara, Isabel Fernandez, Felicia Firpo, Federica Foti, Laura Gambaro, Barbara Giuliani, Elisabetta Graziano, Guendalina Grossi, Francesco Isetta, Giovanni Lenti, Luisa Marnati, Ilaria Mazzei, Federica Mazzoli, Gabriella Mommo, Pace, Victoria Pachova, Luana Pancaldo, Daniela Parodi, Francesca Pilloni, Pierluigi Policastro, Silvia Righetti, Maria Vittoria Salimbeni, Paolo Satto, Laura Scafa, Valerio Scipioni, Francesca Tinelli, Cristiano Trentini, Chiara Urci, Fiorenza Venturi.*

La bibliografia è consultabile sul sito dell'Ordine alla pagina dedicata al Giornale dell'Ordine: <http://www.ordinepsicologi-liguria.it/comunicazioni/giornale-dellordine/>.



Le testimonianze degli psicologi dell'emergenza dello sportello di ascolto psicologico Covid-19

Le Voci degli psicologi raccolte da Sipem SOS Liguria

Uno spazio tra le voci, che in questa nuova emergenza ci ha permesso di portare anche il nostro contributo in un articolarsi di esse, spesso frenetico e concitato e spesso timido, impaurito, quasi silenzioso. Ecco alcune delle nostre, mai come questa volta, seppur distanti tra noi e da coloro con cui abbiamo interagito... "vicine".

"L'aspetto più difficile di una emergenza è che tutto va veloce, mentre la psicologia ha bisogno di tempo, di spazio, di contatto. È questo quello che facciamo solitamente nei nostri interventi: tentiamo di riportare ad una dimensione di umanità, anche nelle criticità più difficili da sostenere, attraverso parole, sguardi, sorrisi, anche soltanto attraverso una presenza silenziosa, ma costante: noi ci siamo."

Maria Vittoria Salimbeni

"Una delle maggiori difficoltà credo sia stata proprio quella di "accordare" in poco tempo una soluzione possibile, intermedia, un equilibrio tra le emozioni, i pensieri e le azioni, al fine di contenere l'ipotesi di un "peggio" nella distanza di un "setting" fugace e irripetibile. Come psicologa operativa nei contesti di emergenza ho imparato che le emozioni oltre ad essere accolte vanno riconosciute, accettate, legittimate, laddove soprattutto sfuggono al nostro controllo."

Alessia Bisazza

"C'è chi in quarantena stava bene e ha sentito l'effetto di quella che chiamano "sindrome della capanna", chi lamentava ansie legate a problematiche lavorative o sentimentali. Chi si è sentito solo in questo periodo, soprattutto anziani. Sembra quasi che il



Covid-19 abbia acuito aspetti psicologici già presenti nelle persone prima dell'inizio della pandemia dovuti alla difficoltà di convivere e venire a contatto con se stessi."

Elena Dacrema

"Ascoltare i bisogni delle persone ha fatto sentir loro presenti nella mente di qualcuno, ha fatto sì che si sentissero pensate e non abbandonate a loro stesse, nelle loro paure, ansie e frustrazioni. Hanno potuto alleggerirsi, seppur per pochi minuti, della loro sofferenza, condividendola con noi. Il nostro è un lavoro bellissimo, ma anche molto difficile."

Federica Foti

"L'incertezza, la paura e la fatica di chi chiamava erano anche le mie. Perché questo momento ci ha toccati tutti e non è stato facile mettere da parte ciò che preoccupava anche me per ascoltare e sostenere chi, dall'altra parte del telefono, mi stava affidando una parte importante della sua vita."

Gabriella Mommo

"Alla fine di ogni telefonata sentire la persona dall'altro capo del telefono più tranquilla, fiduciosa, sollevata, serena e, molto spesso, ricevere ringraziamenti ed apprezzamenti...questo è ciò che ha aiutato me ed i miei colleghi a svolgere il nostro servizio anche nei momenti più complessi, difficili, dolorosi



che abbiamo affrontato e condiviso durante questa emergenza. Perché questo è ciò in cui crediamo e per cui ci impegniamo ogni giorno, in ogni emergenza, ovunque qualcuno abbia bisogno di noi."

Daniela Parodi

"Siamo abituati al lavoro di squadra quindi all'inizio mi sembrava che questa emergenza ci avesse diviso nelle nostre case, nei nostri isolamenti. Ma tramite questo servizio, gli anni di esperienza condivisa ci hanno permesso di creare una rete invisibile per supportare ogni singolo utente. Non era solo l'ascolto, era la capacità di ognuno di noi di smuovere mari e monti per trovare dietro le quinte lo strumento migliore per ogni utente. E tendere una mano."

Guendalina Grossi

"Una distanza mai vista, malgrado il mezzo e la mancanza di rispecchiamento corporeo. Un abbrivio delicato, nonostante la voglia di raccontare. Dopo le prime

battute il vento ha gonfiato le vele, ed il mare della solitudine si è mutato sovente in vicinanza. Parole miste a parole, niente di più. Eppure il mondo emotivo, il tono e la scelta delle frasi sono diventate diverse. Le parole hanno avuto un senso, in un contesto non senso, difficile da affrontare e da accettare. Telefonate lunghe, interminabili. Sono solo parole, qualcuno ha scritto in una canzone, ma le parole hanno sortito comprensione e leggerezza. Sono state solo parole?"

Paolo Raffaele Satto

Un sincero ringraziamento alla Presidente ed al Consiglio Direttivo del nostro Ordine che ci hanno dato fiducia e coordinato, ai colleghi delle altre Associazioni per la condivisione di questa esperienza ed a tutti i nostri Volontari che anche in questa emergenza si sono prodigati con grande professionalità ed umanità.

Cristiana Dentone

Presidente ed i Volontari SIPEM SOS Sez. LIGURIA

Problemi psicologici e sfide del servizio di supporto psicologico: il contributo dell'Associazione EMDR Italia

Il Coronavirus e il COVID-19 sono realtà che hanno colpito l'Italia e gli altri paesi in diversi modi, anche se ci sono molte caratteristiche comuni.

Lo scopo di questo testo è quello di condividere le riflessioni su ciò che abbiamo osservato lavorando con il servizio di supporto psicologico telefonico, istituito dall'Ordine degli Psicologi della Liguria. Ci auspichiamo che le nostre considerazioni e le lezioni che abbiamo imparato in queste settimane possano essere utili e di interesse.

■ **Complessità:** dalle telefonate si evinceva che l'emergenza Coronavirus ha aggiunto ulteriore *complessità* alla vita delle persone che chiamavano. Le persone stavano già affrontando delle loro difficoltà quotidiane in ambito finanziario, lavorativo, familiare e relazionale che spesso cau-

savano in loro ansia e sofferenza, e a questo si è aggiunta la minaccia del Coronavirus che ha cambiato in modo significativo la modalità con cui conducevano e organizzavano le loro vite.

- **Vulnerabilità:** il virus ha attivato una sensazione di *vulnerabilità*, le persone si sentivano esposte a una "minaccia" o "nemico invisibile" e quindi chiamavano per la paura e l'ansia del contagio.
- **Isolamento:** Molte telefonate avevano come tematica il sentirsi soli ed isolati. Le persone lamentavano che non era più possibile fare le cose normali come incontrare amici e familiari, viaggiare (anche all'interno della città), andare al lavoro e/o avere una vita sociale. Questo creava un senso di solitudine e spesso influiva sull'umore in modo





negativo. A volte questo si trasformava in depressione.

- **Depressione:** col passare del tempo, le persone iniziavano a sentire sempre più la mancanza di contatti, relazioni, attività significative che davano sensazioni piacevoli e valore alla loro vita. Molte telefonate erano centrate su questo e su un umore depresso legato all'isolamento. Il servizio istituito dall'Ordine ha permesso di mantenere una connessione dal punto di vista sociale e di rete.
- **Adattamento:** il supporto psicologico è stato utile per far capire alle persone che dovevano darsi del tempo per adattarsi a questa emergenza. La psicoeducazione sulle emozioni, il tentativo di identificare delle loro risorse positive e l'accettazione del fatto che dovevano vivere temporaneamente senza tutte queste cose e mettere in pausa la loro vita quotidiana è stato il lavoro che le colleghe facevano nella maggior parte delle telefonate, oltre all'ascolto attivo.

Nelle settimane in cui si è svolto il servizio sono state osservate reazioni psicologiche che cambiavano a seconda delle fasi.

Dalla paura e ansia, alla rabbia, all'accettazione, per arrivare allo sviluppo di risorse utili per affrontare le varie situazioni che man mano si presentavano.

Il supporto psicologico telefonico del Corpo Italiano di Soccorso dell'Ordine di Malta

La pandemia COVID-19 oltre ad aver messo a dura prova l'efficienza e l'efficacia dei trattamenti sanitari e degli interi sistemi di cura, ha messo in campo potenti stressor ambientali che hanno generato significative risonanze sulla salute psicologica di tutti i cittadini. In sintonia con questa considerazione l'Organizzazione Mondiale della Sanità è arrivata ad affermare che la tutela della salute mentale nelle fasi dell'evoluzione pandemica è priorità assoluta. La maxiemergenza connessa alla pandemia COVID-

Osservazioni conclusive

Gli psicoterapeuti dell'Associazione EMDR Italia che sono intervenuti in questo progetto dell'Ordine Regionale hanno condiviso quanto è stato importante per loro poter fare un'azione umanitaria, di volontariato ma dando il massimo dal punto di vista professionale. Lo hanno ritenuto un volontariato molto professionalizzante. Lo hanno fatto completamente in libertà, scegliendo di farlo e questo ha dato un valore aggiunto all'esperienza. Il fatto di appartenere ad un'Associazione è stato un altro aspetto importante, il poter fare questo lavoro come membro dell'Associazione EMDR Italia, che dava supporto, orientamento e supervisione a sua volta ai colleghi intervenuti.

Molti utenti chiamavano per motivi non direttamente legati alla Pandemia Covid 19, avendo questa emergenza riattivato delle difficoltà e vulnerabilità precedenti. Per questo motivo, dopo il contatto con lo psicologo del supporto telefonico, molti utenti hanno dichiarato che avevano intenzione di fare una psicoterapia. È stata colta un'opportunità da parte dell'Ordine della Liguria di essere presente e di dimostrarlo nella fase acuta di un'emergenza che ha avuto risvolti molto complessi, non solo per la presenza del virus, ma anche per la quarantena e le perdite a livello lavorativo, economico, relazionali. In questo senso, è stato apprezzato il fatto che l'Ordine come istituzione abbia dato questa possibilità, aumentando così la fiducia dell'utenza nelle istituzioni.

Isabel Fernandez

Presidente Associazione EMDR Italia ed EMDR Europa



**ORDINE DI MALTA
CORPO ITALIANO
DI SOCCORSO**

Italian Relief Corps
of the Order of Malta

19 ha quindi più che mai messo in evidenza quanto sia fondamentale prenderci cura del benessere psicologico di tutti i cittadini, compreso tutti gli attori coinvolti a vario titolo nelle operazioni di soccorso (operatori sanitari, di protezione civile, di pubblica sicurezza, ecc.), con il supporto competente di professionisti specificatamente formati, facendo parti-



colare attenzione alle persone più fragili per patologie preesistenti e per età.

L'obiettivo degli psicologi dell'emergenza coinvolti è stato quindi di rispondere con competenza all'insorgenza delle tante reazioni d'ansia, alle manifestazioni emotive di possibili disturbi depressivi e d'adattamento, all'esacerbazione di quadri psicopatologici pre-esistenti, all'espressione emotiva di numerose problematiche psicologiche individuali (comportamentali, affettive e relazionali) e familiari, latenti o sotto soglia in periodi pre-COVID-19.

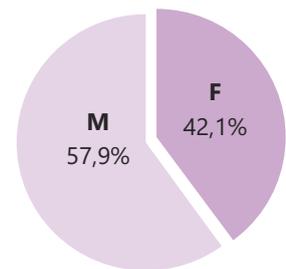
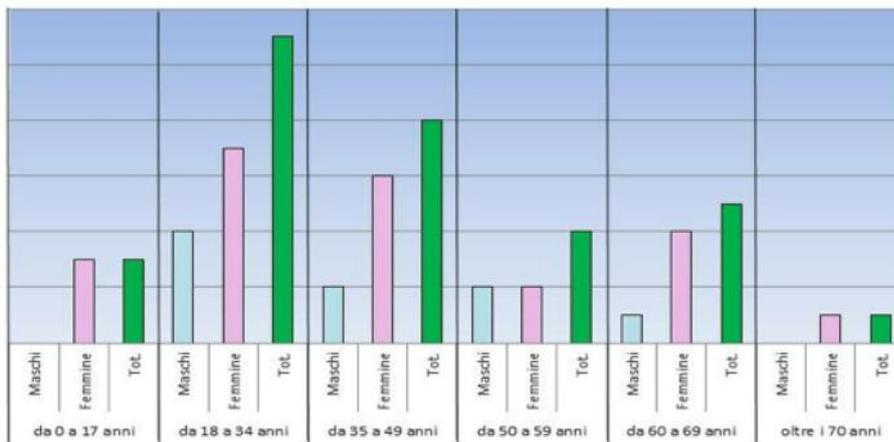
zioni territoriali, coordinando un gruppo di professionisti esperti in psicologia dell'emergenza appartenenti a diverse associazioni di volontariato di protezione civile e ad una società scientifica impegnata nel settore della psicologia dell'emergenza. Tra questi psicologi volontari, hanno dato disponibilità con un proprio coordinamento nazionale specialistico interno, nove professionisti del CISOM – Corpo Italiano di Soccorso dell'Ordine di Malta che nel loro insieme hanno risposto a circa il 20% delle telefonate conversate totali.



Numero di chiamate di cittadini al n. di supporto psicologico Liguria

(Coordinam. Ord. Psic. Liguria) suddivisi per fascia d'età e sesso.

Campione: 51 chiamate ricevute dagli psicologi CISOM



A tal proposito è importante ricordare che già la Direttiva del Presidente del Consiglio dei Ministri 13 giugno 2006: "Criteri di massima sugli interventi psico-sociali da attuare nelle catastrofi" precisa che "nel contesto degli interventi a sostegno delle vittime di eventi catastrofici è necessario prestare massima attenzione ai problemi di ordine psichiatrico-psicologico" e sottolinea "l'esigenza di fronteggiare i bisogni psico-sociali che si manifestano a seguito di emergenze nazionali attraverso azioni ed interventi coordinati in grado di garantire risposte efficaci e di qualità".

Già durante i primi DPCM del Presidente del Consiglio, l'Ordine degli Psicologi della Liguria si è tempestivamente attivato nella sua funzione di organo sussidiario dello Stato offrendo il proprio contributo ed ha deciso di organizzare un supporto psicologico telefonico alla popolazione in sinergia con le istitu-

Dai 51 report stilati dagli psicologi volontari CISOM, i dati quantitativi emersi sono congrui con gli esiti dell'analisi dell'insieme totale delle chiamate fatta a cura del coordinamento dell'Ordine degli psicologi della Liguria.

Facendo costante attenzione al confronto tra noi e con il supporto della nostra supervisione interna abbiamo affrontato ogni possibile rischio di confusione tra le nostre possibilità d'intervento e le richieste d'aiuto espresse dall'utenza.

A tal proposito è stato importante fare squadra tra noi con il coordinamento dell'Ordine degli Psicologi per dare omogeneità agli interventi effettuati nel rispetto delle differenze individuali di ciascun professionista.

Partendo da una linea d'indirizzo comune al supporto psicologico telefonico, condivisa tra tutti i vo-



lontani di tutte le organizzazioni coinvolte, abbiamo fatto il possibile per far sentire agli utenti una "giusta vicinanza", nonostante i limiti del setting e cioè di una relazione d'aiuto psicologico a distanza.

Tutto ciò ha evidenziato ancora una volta come nelle situazioni emergenziali, l'insieme di due funzioni, la solidarietà umana e l'attenzione specialistica, può configurarsi come azione efficace di supporto psicologico (Sbattella, 2009).

Il contributo degli psicologi dell'emergenza della Croce Rossa Italiana

L'emergenza del contagio da COVID-19 che ci siamo improvvisamente trovati davanti, negli scorsi mesi, e la necessità di dare una risposta concreta ai bisogni di una popolazione impreparata, spazzata ed impaurita nel vivere tutto questo, ha portato le diverse realtà liguri, che si occupano di supporto alla persona, ad interrogarsi su quale tipo di aiuto potesse essere fornito, per supportare la popolazione ad affrontare tale emergenza che ha impattato fortemente sulla psiche ed il comportamento delle persone soprattutto per le più vulnerabili: *anziani, persone sole, persone con patologie mentali pregresse, persone gravate dal lutto di una persona cara o di un congiunto a causa del COVID.*

L'imponenza e la capillarità dell'epidemia, hanno portato anche un'Associazione come Croce Rossa, nello specifico gli psicologi del Servizio Psicosociale Se.P. a riflettere sull'importanza di affrontare l'emergenza dando una risposta alla popolazione, efficace ma realizzabile attraverso la creazione di una rete di Associazioni, per fornire un primo aiuto a quanti ne sentissero il bisogno, per non sentirsi abbandonati e lasciati soli, di fronte ad una situazione drammatica ed incerta nell'evoluzione.

L'occasione di creare una rete è stata espressa dall'Ordine Regionale degli Psicologi, che ci ha permesso di muoverci con tempestività rispetto alla realtà italiana, coordinandoci in tempi brevi, in una

La bibliografia è consultabile sul sito dell'Ordine alla pagina dedicata al Giornale dell'Ordine: <http://www.ordinepsicologi-liguria.it/comunicazioni/giornale-dellordine/>

F. Venturi, A. Caprile, G. Matera

Psicologi dell'emergenza volontari CISOM

P. Policastro

Responsabile nazionale psicologi CISOM



rete di Associazioni di psicologi, attivando una linea telefonica per il supporto psicologico della popolazione per affrontare l'emergenza COVID.

Spesso in situazioni di emergenza non è scontato il lavoro coordinato tra forze diverse, questa invece è stata un'esperienza positiva dove il desiderio di fare rete è stato forte, dando un servizio fondamentale in un momento di cruciale dell'emergenza, che ha permesso di dare a persone in difficoltà, un primo ascolto e supporto, ed assolvendo anche un'importante funzione di orientamento verso altri servizi più specifici, in base al bisogno espresso dalla persona e dalla rilevazione della problematica da parte dell'operatore.

Il lavoro dello psicologo che opera in modalità telefonica, non è semplice, richiede esperienza, competenza e prontezza elevata, anche per chi è già abituato a lavorare in emergenza.

Per questo esprimiamo soddisfazione per il lavoro che abbiamo svolto e per la gestione anche di situazioni complesse affrontate dalla squadra di Croce Rossa che ringrazio sentitamente: Luana Pancaldo, Barbara Giuliani, Laura Gambaro e Cristiano Trentini per la professionalità e le capacità umane dimostrate in tale esperienza.

Chiara Urci

Referente Tecnico Regionale Servizio Psicosociale Se.P.

Croce Rossa Liguria



Emergenza: l'Ordine al servizio degli iscritti e dei cittadini.

Ulteriori approfondimenti

Sul nostro sito, al link <https://www.ordinepsicologi-liguria.it/notizia/faq-coronavirus-frequently-asked-questions-per-gli-psicologi/#Materiali>, potete trovare i materiali che sono stati prodotti dal nostro ordine e sono stati messi a disposizione sia degli iscritti che dei cittadini.

Nelle prime settimane in cui Sars-CoV-2 è entrato con prepotenza nel nostro paese, ci siamo immediatamente resi conto che era necessario mettere la nostra professionalità a disposizione della popolazione ma anche dei colleghi che, come noi, stavano cercando di ri-orientare la loro professione e avevano bisogno di informazioni, comunicazioni chiare e selezionate e solidarietà, tanta solidarietà.

Abbiamo pensato che fosse necessario che anche le istituzioni e le amministrazioni, potessero avvalersi del sapere psicologico perché è stato subito chiaro che, se in un primo tempo era in gioco la sopravvivenza, subito dopo era da mettere al centro di un pensiero professionalizzato di attenzione e cura, la salute mentale di tutti noi.

Ci siamo pertanto adoperati per produrre materiale da condividere via web che potesse essere di stimolo al pensiero e al contenimento dei fenomeni di panico e stress cui, inizialmente, abbiamo assistito.

È nato così il **Vademecum antipanico e antistress**.

Nel frattempo, sul nostro sito hanno trovato posto le FAQ, distinte per professionisti e per i cittadini, dove sono state inserite le informazioni che, secondo la nostra valutazione, potevano essere di aiuto.

Vi invitiamo pertanto a visitare il sito.

Alessandra Brameri



Pandemia e pari opportunità

In questo tempo in cui da un giorno all'altro la vita di un'intera nazione ha subito un'importante modifica della sua struttura organizzativa, lavorativa, economica, della socialità, e una limitazione nell'accesso ai diritti fondamentali (salute, istruzione, lavoro, protezione etc) ci è parso naturale, come CPO (Comitato Pari opportunità), interrogarci su come le pari opportunità, soprattutto all'interno delle categorie più fragili della popolazione, fossero destinate ad essere sempre meno garantite.

Dovunque rivolgessimo il nostro sguardo emergevano problematicità e preoccupazioni.

L'emergenza lamentata dal nostro sistema sanitario ci ha innanzitutto fatto sperimentare, forse per la prima volta nel corso dell'esistenza di molti di noi, la messa in discussione del diritto fondamentale ad essere curati, in alcuni casi a sopravvivere.

Abbiamo assistito, quasi ammutoliti e inorriditi ad profilarsi di una possibile scelta dei pazienti da curare, in relazione alla cosiddetta "aspettativa di vita", che ci ha fatto temere e in alcuni casi piangere un'intera generazione: quella dei nostri anziani.

Abbiamo poi subito pensato al diritto allo studio, stravolto nel giro di poche settimane dalla necessità di adottare modalità a distanza. E ci siamo chieste/i quanto sarebbe stato accessibile a tutti gli aventi diritto: la possibilità di avere a disposizione e utilizzare efficacemente gli strumenti necessari per la formazione a distanza; possibilità che dipende da fattori economici, sociali, culturali, dalla composizione del nucleo familiare, dalla disponibilità di tempo dei genitori nel caso dei bimbi più piccoli, dalle caratteristiche dell'abitazione.

Abbiamo poi pensato alle categorie più fragili: gli an-

ziani, i disabili, i bambini che a causa della loro peculiari condizioni esistenziali legate o alla fase della vita (quella iniziale dei bambini, con il loro bisogno di socialità, movimento, esplorazione; quella finale per gli anziani, fatta di solitudine proprio in un momento in cui i bisogni di assistenza crescono) o al proprio handicap (fisico, cognitivo, psichico) avrebbero ricevuto, dalle nuove condizioni imposte dalla quarantena, un più forte attacco ai loro percorsi di crescita da un lato e alle loro condizioni di salute dall'altro.

Ci siamo soffermate/i a pensare con forte preoccupazione alle famiglie economicamente disagiate conflittuali e problematiche, fino alla drammatica condizione delle violenze familiari, immaginando quanto potesse venire meno ancor più in queste condizioni la garanzia ad un sostentamento a una protezione e, nel caso di minori e donne maltrattate e abusate, la stessa incolumità fisica o addirittura la sopravvivenza.

Sempre pensando alle donne non abbiamo potuto ignorare quanto ancor più nel corso della pandemia sia diventato per loro problematico conciliare la cura dei figli e il lavoro, in gran parte trasformato in lavoro "agile" con l'impossibilità, seppur sempre in condizione di sovraccarico.

E poi, quanti diritti al sostegno reciproco e alla solidarietà insita non solo nei rapporti amicali, ma anche nei legami affettivi e nelle famiglie non istituzionali sono stati fortemente lesi dal non aver considerato legittimo, al di fuori appunto dell'essere per così dire congiunti, il diritto alla vicinanza di affetti stabili seppur non codificati.

E infine il mare magnum del diritto al lavoro, con una forte disparità di garanzie per le diverse cate-

gorie di lavoratori con una crisi che ha portato le categorie più esposte a un rischio di sopravvivenza e vicino a una soglia di povertà.

Il focus sulla nostra professione

Chiedendoci di cosa avremmo avuto bisogno, emergeva in modo unanime, quello di prenderci cura gli uni degli altri e le une delle altre in una modalità circolare. Abbiamo pensato alle persone, colleghe e colleghi, che, trovandosi nella prospettiva e nella necessità di riprendere il proprio lavoro, anche in presenza, non si sentissero abbandonate sul tema della propria sicurezza sul posto di lavoro. Ben sapendo che molte e molti di Noi sono libere professioniste e liberi professionisti, abbiamo potuto beneficiare delle conoscenze e delle competenze della collega Priscilla Dusi che ci ha consigliato e guidato come rendere fruibile e pragmatico questo obiettivo con il Vademecum, uscito attorno al 25 Aprile u.s. ed il Video di accompagnamento.

In un momento come questo, di forte stress e di reale emergenza, abbiamo ritenuto che il principio di Parità ci potesse supportare in questo lavoro, molto impegnativo per noi, di informazione sulle disposizioni di Sicurezza al Tempo del Covid-19 all'interno degli studi professionali.

Quindi a partire nuovamente da noi componenti abbiamo ritenuto che la risposta articolata, specialistica e professionale in tema di sicurezza potesse aiutare le singole libere professioniste e i singoli liberi professionisti a chiarirsi e recuperare un po' di certezze all'interno dei propri studi, in modo da entrarvi e tornare a casa sollevati dai timori del contagio.

Pertanto, di seguito, riteniamo importante ricordare ai colleghi alcuni contenuti tecnici che possono essere utili da applicare all'interno dei propri studi professionali.

L'attività di sanificazione riguarda il complesso di procedimenti ed operazioni atti a rendere sani determinati ambienti mediante l'attività di pulizia e/o disinfezione e/o disinfestazione, ovvero mediante il controllo ed il miglioramento delle condizioni del microclima.

La sanificazione è, quindi, l'unione di due fasi: la pulizia (rimozione sporco) e, sempre successiva, la disinfezione (riduzione carica microbiologica).

Perché la sanificazione sia efficace è necessario "conoscere" i prodotti utilizzati in relazione soprattutto alla necessità di risciacquo, alla necessità di utilizzo acqua calda e, molto importante, in relazione al tempo di contatto del disinfettante utilizzato per far sì che possa essere efficace.

Nel caso specifico della sanificazione – virus SARS-

CoV-2 per ambienti non ospedalieri l'ISS e l'OMS hanno indicato quanto segue:

- garantire sempre un adeguato tasso di ventilazione e ricambio d'aria;
- pulire accuratamente con acqua e detergenti neutri superfici, oggetti, ecc.;
- disinfettare con prodotti adatti, registrati e autorizzati.

Si riportano i disinfettanti ritenuti efficaci per il virus SARS-CoV-2:

Superfici in pietra, metalliche o in vetro escluso legno

Detergente neutro e disinfettante virucida - sodio ipoclorito 0,1% o etanolo (alcol etilico) al 70% o altra concentrazione, purchè sia specificato virucida

Superfici in legno

Detergente neutro e disinfettante virucida (contro i virus) a base di etanolo 70% o ammoni quaternari (es. cloruro di benzalconio; DDAC)

Servizi

Pulizia con detergente e disinfezione con disinfettante a base di sodio ipoclorito almeno allo 0.1% sodio ipoclorito

Tessili (es. cotone, lino)

Lavaggio con acqua calda (70°C-90°C) e normale detersivo per bucato; *in alternativa*: lavaggio a bassa temperatura con candeggina o altri prodotti disinfettanti per il bucato.

Precisazione: l'alcol etilico denaturato (l'alcol rosa) è un potente sgrassante ma ha una media efficacia all'abbattimento di batteri e virus. Solo i disinfettanti specifici riportano sulla confezione anche per quali agenti patogeni sono indicati.

È buona norma procedere frequentemente e accuratamente alla sanificazione (pulizia e/o disinfezione) delle superfici, operazioni che devono essere tanto più accurate e regolari per superfici ad alta frequenza di contatto (es. maniglie, superfici dei servizi igienici, superfici di lavoro, cellulare, tablet, PC, occhiali, altri oggetti di uso frequente) e possibilmente tra un paziente e un altro.

Si precisa che le **Sanificazioni straordinarie** (possono prevedere interventi da imprese esterne tramite nebulizzatori, ozono ecc), da effettuarsi specificamente con le modalità stabilite dalla Circolare del Ministero della Salute n. 5443 del 22.02.2020, degli ambienti di lavoro, delle postazioni di lavoro e delle aree comuni sono previste per le realtà in cui sono stati registrati casi di COVID-19.

Comitato Pari opportunità

Giuseppina Romeo (coordinatrice),
Priscilla Dusi, Mariacarla Sbolci,
Mattia Piccinini, Alessandra Brameri

Personal branding e psicologia: un connubio possibile?

Accostare il termine Personal Branding alla nostra Professione non è così semplice, ce ne siamo resi conto sulla nostra pelle. La discussione si è polarizzata subito su due posizioni contrapposte, che hanno però poi trovato una loro sintesi. Riproponiamo qui, in questo articolo, le riflessioni affrontate insieme, per condividerle con i colleghi e le colleghe e iniziare a porre sul tavolo la questione della valorizzazione della nostra Professione.

Gli entusiasti

Chi pensa che, nonostante il poco amichevole nome inglese, il *Personal Branding* sia un ingrediente fondamentale per farsi conoscere a livello professionale.

Il *Personal Branding* può essere fatto online (blog, profilo LinkedIn, profilo Facebook, sito) o offline (convegni, seminari, eventi, passaparola) e parte dall'aver in testa un'idea chiara di ciò che si può offrire alle persone. Cosa ti contraddistingue? Perché dovrebbero scegliere te? Cosa puoi dare che gli altri non danno? Quali sono i tuoi punti di forza? Che tipo di professionista sei?

Sembrano domande legate meramente al marketing e alla comunicazione, ma sono quesiti molto più legati alla consapevolezza di sé e dei propri punti di forza di quanto si pensi.

Domande "molto psicologiche", insomma. E proprio

per questo, le risposte non sono semplici.

Il 60% del lavoro si svolge qui. Il restante 40% del *Personal Branding* è fatto invece di costanza. Perché ci vuole impegno e fatica per creare nuove opportunità, fare rete con colleghi o altri professionisti, aggiornare frequentemente un blog o un profilo social, partecipare ad eventi ed essere propositivi nelle relazioni.

È necessario trovare contenuti (intelligenti e validi) da comunicare, avere coraggio, investire tempo e risorse, perseverare. L'investimento, se ci sono questi ingredienti, ripaga. E qualsiasi professionista che cura – davvero – il proprio *Personal Branding* ve lo confermerà.

Spesso c'è un'obiezione: per molti, parlare di *Personal Branding* rimanda a qualcosa di freddo, che richiama subito il sapersi o volersi "vendere".

Niente di più sbagliato.

Il *Personal Branding* senza calore umano, senza componente relazionale e senza autenticità non funziona (casi limite a parte). Il segreto è valorizzarsi e comunicare efficacemente, non venderci.

Il segreto è offrire, alle persone, contenuti di valore, attraverso i quali si crea la propria reputazione e si consolida la fiducia che gli altri hanno in noi e nelle nostre capacità.

Un'altra obiezione comune è che il *Personal Branding* non sia adatto alla nostra professione, soprattutto al ramo clinico.

Qui la questione è sicuramente più delicata, ma ci sono molti colleghi che hanno blog, pagine social e

partecipano ad eventi in modo attivo: stanno facendo *Personal Branding*. Semplicemente, magari, non lo sanno. La Psicologia è compatibile con questo tipo di attività: la poesia della nostra professione non si perde. Semplicemente, viene comunicata. In questo senso, il Personal Branding non deve essere visto solo come un processo da attivare per valorizzare se stessi e il proprio lavoro, con l'idea – legittima – di aumentarlo, ma anche, parallelamente, come un processo volto a valorizzare la professione nella sua interezza.

Gli scettici

La maggior parte delle critiche e delle perplessità in merito al *Personal Branding* provengono appunto dai clinici e degli psicoterapeuti. Soprattutto, forse, da quelli di orientamento psicoanalitico per i quali il transfert rimane una *via aurea* per la comprensione del mondo del paziente.

Una psicoterapia psicoanalitica rischierebbe di perdere molto: nel momento in cui un paziente si presentasse al suo primo appuntamento avendo già letto delle cose sul terapeuta, avendo già compreso molto del suo modo di scrivere (nel caso di un blog) o di scegliere le immagini (nel caso di altri strumenti di comunicazione), verrebbe significativamente ridotta la possibilità del paziente di fantasticare, immaginare, depositare aspettative che dicano qualcosa di sé e non del terapeuta per quello che è. Difficile comprendere ed interpretare, a quel punto, quanto ci sia del paziente e quanto invece sia stato indotto dal terapeuta, attraverso queste comunicazioni, ancor prima del loro incontro.

La ragione per cui molti psicoanalisti non vedono di buon occhio il *Personal Branding*, insomma, è perché in qualche modo ritengono che "sporchi" il campo, lo inquinano con elementi non pienamente controllabili e renda i confini del setting più confusi.

A prescindere dal proprio orientamento e dalla propria specializzazione, il miglior modo per promuovere la propria professionalità è la formazione e la capacità di ascoltare, sentire, accogliere, custodire, pensare.

Difficile pubblicizzare queste capacità, l'esperienza d'intimità unica e trasformativa che può nascere dall'incontro con uno psicoterapeuta non è descrivibile secondo i canoni abitualmente in uso per le altre professioni. A differenza dei medici, per gli psicologi che si occupano di clinica è il modo di essere, l'elemento fondante per la cura, non il saper fare/dare, né il proprio profilo migliore.

Puntare sull'essere anziché sull'avere, in una pubblicizzazione di sé può risultare grottesco: la ricerca della propria valorizzazione difficilmente si sposa ad una certa umiltà, qualità auspicabile per la nostra professione.

D'altra parte tutto ciò che è autoreferenziale nel nostro ambito, odora di narcisismo, imbarazzo, a volte finzione, debolezza.

Considerato anche il grande numero di nuovi iscritti, se si perdesse la misura delle proprie reali capacità, pressati da una logica commerciale competitiva, il rischio sarebbe quello di una perdita di fiducia agli occhi della cittadinanza, quindi, anziché una promozione, assisteremmo a una svalutazione della nostra categoria agli occhi della società. E dove finirebbe poi il valore della capacità di entrare in contatto autenticamente con il limite, la fragilità umana, l'impotenza, il vuoto di senso? È la relazione quello con cui curiamo davvero, ed è importante non impostarla da subito in un modo che possa apparire, neanche vagamente, seduttivo.

Il punto d'incontro

Ciò che conta è la nostra onestà di fondo, l'integrità, l'attitudine a non essere ambigui, a cui la nostra professione non può rinunciare. Per il resto, l'apertura al nuovo sia sempre benvenuta.

Un modo per descriversi onestamente, valorizzando i propri punti di forza, si può trovare, ma, da "guaritori feriti", l'interesse davvero affettivo alle ferite dell'altro dovrebbe sempre tenerci lontani dai riflessi narcisistici del nostro Io, pronti a esibirsi per sedurre meglio.

Quello che si può fare è riuscire a concentrarsi sui contenuti di cui ci si sente competenti, scrivendo o parlandone: articoli, interviste, iniziative creative, seminari, conferenze, ecc.

Forse non c'è una strada giusta o sbagliata, non c'è un modo di pensarsi clinici legittimando o meno scelte di *Personal Branding*, forse, "semplicemente", ognuno decide di riconoscere se stesso in una modalità piuttosto che in un'altra e questo deve andare al di là di quello che è l'immaginario collettivo che si ha sulla nostra professione.

Risultano sempre importanti, comunque, contributi di qualità che parlino di noi il meglio possibile.

**Biancamaria Cavallini, Beatrice Baratta,
Alessia Battaglia, Francesco Durand,
Francesca Nota**

Commissione per la Promozione della Professione

Aziende, Covid19 e la ri-partenza lavorativa: un'opportunità per la professione

I COVID-19, dopo alcuni mesi dal suo prepotente ingresso all'interno del panorama mondiale, è ancora noto per le sue caratteristiche di imprevedibilità ed estrema complessità.

Attraverso questi due aspetti, e tramite il suo significativo indice di contagiosità e letalità, ha generato lo sviluppo di un'emergenza epidemiologica e, contemporaneamente, psicologica anche negli ambienti di lavoro. A partire da queste premesse, e a fronte della necessità di costruire un "new normal", si impone oggi, per Aziende ed Organizzazioni appartenenti ai più svariati settori, una duplice domanda di notevole importanza: "come stanno i Lavoratori? Come supportarli verso il loro futuro?".

Durante il lockdown alcune Organizzazioni si sono ritrovate a dover, di fatto, "stappare" l'operato di molti lavoratori, ricorrendo alla richiesta di fruizione delle ferie maturate e alle misure speciali introdotte dal Governo in tema di ammortizzatori fiscali e sociali. In altri casi, i lavoratori hanno avuto la possibilità di adottare modalità di telelavoro, che hanno permesso di mantenere una maggiore continuità con la "realtà pre-Coronavirus", pur arrestando o modificando i tradizionali flussi di azione lavorativa. Infine, alcune aziende hanno proseguito le loro lavorazioni pur dovendo progettare e realizzare un nuovo assetto organizzativo. In tutti i casi, ed in tutte le circostanze intermedie agli scenari estremi sopra descritti, si è inaspettatamente verificato, per tutti i lavoratori di qualsiasi livello gerarchico, un distacco brusco e repentino dalla "normalità" e dai contesti organizzativi di appartenenza, intesi nelle loro importanti accezioni sociale e fisica.

E ora la ri-partenza: un ritorno al passato o una nuova realtà? Quali le paure di oggi e le perplessità sul domani? Molti lavoratori potrebbero nutrire fondati dubbi non solo sulla propria sicurezza fisica, ma anche sul loro futuro professionale, sulla propria gestione familiare, ecc. Molti lavoratori si svegliano ogni giorno con l'entusiasmo di ritornare a vivere la

propria socialità, essenza delle relazioni umane, pur avendo timore per la propria incolumità a causa della stessa.

In questo momento si rivela quindi fondamentale dedicare uno spazio al pensiero forti del passato e coraggiosi in direzione del futuro. Le nostre azioni devono assumere nuove mete e nuove forme. Nasce l'esigenza di abbandonare gli schemi precostituiti e costruirne di nuovi; si manifesta l'imprescindibile necessità di riflettere su quanto sta accadendo, sulle proprie risorse e sulle proprie potenzialità. In questo momento di profonda incertezza e contemporanea necessità di adattamento proattivo (transizione) alle circostanze esterne, si rivela cruciale individuare una nuova visione e costruire nuovi significati che consentano di individuare i comportamenti organizzativi, familiari, personali in direzione della nuova visione stessa, agendo sia sul lato razionale sia su quello emotivo.

Il cambiamento è ancora fortemente in atto, non esiste un ritorno al passato ma è ora di crearci il nostro nuovo futuro. E quindi care colleghe e cari colleghi il tempo per agire la transizione organizzativa è arrivato e con lui è giunta l'occasione di supportare questo passaggio culturale epocale facendo emergere l'unicità della nostra professione e l'essenzialità del nostro apporto per lo sviluppo culturale e organizzativo della nostra Società e del nostro Paese.

Ognuno di noi con le sue esperienze e nel suo contesto professionale (sanitario, di comunità, sociale, scolastico, organizzativo, ecc.) è chiamato a supportare i lavoratori a sviluppare la necessaria resilienza e a rivestire un nuovo ruolo e un nuovo equilibrio che possa rispondere a un duplice obiettivo: sia al raggiungimento del benessere individuale, sia al riconoscimento dell'importanza della nostra professione agli occhi del mondo esterno.

Priscilla Dusi

Coordinatrice GdL Psicologia del lavoro
e delle organizzazioni

Covid 19 crolli mentali e ponti relazionali

Webinar di Fabio Sbattella

Covid 19: crolli mentali e ponti relazionali

Pubblichiamo una sintesi del webinar del 23 Aprile scorso nel quale il Prof. Sbattella, docente dell'Università Cattolica di Milano, ha portato un interessante contributo secondo l'ottica della psicologia d'emergenza in relazione alla crisi Covid-19. Emergenza non è un evento per quanto catastrofico e improvviso ma è l'incapacità della comunità di far fronte al portato di morte e distruzione che esso porta con sé. È quindi fuorviante pensare che emergenza sia l'epidemia, il salto di specie del virus o il numero dei morti. È la sproporzione improvvisa tra l'entità del bisogno e la potenziale risorsa attivabile (in questo caso l'incapacità del sistema sanitario di assorbire i bisogni di assistenza delle persone malate). L'emergenza è poi caratterizzata dalla necessità di una rapida attivazione e di veloci processi decisionali. Dal punto di vista psicologico si tratta di contesto interattivo in cui hanno ruolo centrale cittadini, istituzioni, mercato e mezzi di comunicazione. Occuparsi di emergenza significa quindi cercare di capire quale rappresentazione hanno le persone dell'emergenza in corso: sono realistiche? Utilizzano metafore fuorvianti? Se ad esempio si pensa alla situazione in corso come a uno tsunami che porta morte e distruzione ma ha una durata di 30 minuti stiamo assumendo una prospettiva temporale errata, così come se immaginiamo il nostro impegno come corsa di velocità. Ugualmente se la nostra rappresentazione utilizza la metafora della guerra compiamo un processo cognitivo fuorviante in quanto non si può parlare di conflitto tra umani quanto piuttosto di lotta tra specie.

Nella creazione delle rappresentazioni dell'emergenza hanno un grosso ruolo sia la percezione del pericolo (in questo caso si tratta di un virus piccolissimo non percepibile ai sensi) sia i processi di comunicazione, e il rapporto di fiducia nei mass media, ufficiali o informali. Quanto ci possiamo fidare delle fonti di comunicazione? Quanto sono realistiche le rappresentazioni che creano? Lo slogan circolato nei primi

tempi della pandemia "Andrà tutto bene" è stato certamente incoraggiante ma non realistico, fuorviante e ha dato luogo inizialmente a forme di reazione forti, coraggiose, con una prima messa in campo massiccia di energie da parte della popolazione che però è stata condizionata da una rappresentazione del problema semplificata ed edulcorata (soluzione a breve), che impattando con la realtà ha svelato tutti i limiti.

A livello personale gli psicologi e gli psicoterapeuti in questo momento in cui è necessariamente ridotta la distanza esistenziale tra loro e i potenziali fruitori dell'intervento, possono avere un ruolo importante nel promuovere salute mentale anche al di fuori degli studi, creando ponti relazionali sui social, facendo psicologia di comunità nei propri contesti, promuovendo costruttive forme di attività ed elementi di pensiero invece che acting out, rendendosi possibili moltiplicatori di salute mentale.

Affrontando invece il tema della Psicologia d'Emergenza in quanto modello di intervento il Prof Sbattella sottolinea come si occupi in ampia misura della costruzione, antecedente all'evento, di scenari previsionali di eventi futuri. La costruzione di scenari prevedibili si nutre di due risorse fondamentali della mente umana: la memoria e l'immaginazione. È infatti necessario mantenere una costante connessione tra memoria del passato, presente vissuto e immaginazione. La costruzione del futuro si serve sempre di riferimenti al passato anche attraverso la memoria di precedenti catastrofi, quali quelle che hanno colpito nel passato il nostro paese e la cui memoria è al tempo stesso evocativa di un lutto e di una ferita e possibile fonte di competenza e bagaglio culturale. All'interno della progettazione del futuro il Prof Sbattella esprime la preoccupazione largamente condivisa, nei confronti dei bambini a cui va garantita comunque, attraverso interventi tutelanti i progetti di crescita, la ripresa del percorso evolutivo.

Giuseppina Romeo, Armando De Donno

La deontologia degli psicologi nell'emergenza coronavirus e nelle prestazioni professionali on-line e a distanza

Catello Parmentola, componente della Commissione Deontologica del CNOP, è stato estensore del primo Codice degli Psicologi italiani e ha collaborato alle successive revisioni; ha esteso le prime Linee Guida per la Professione on-line.

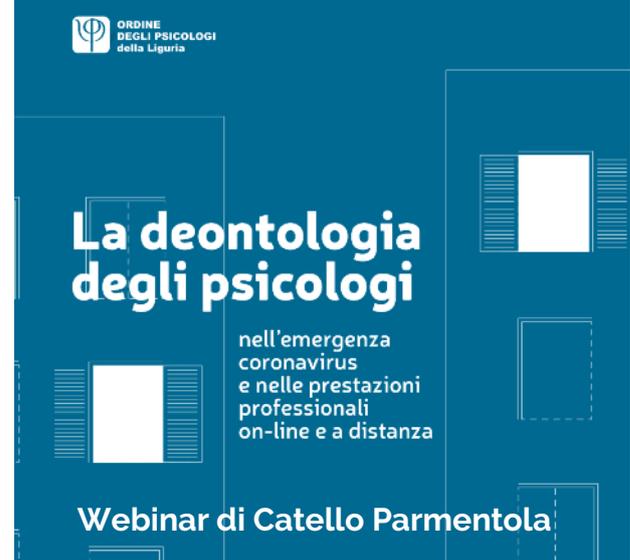
La recente emergenza ha coinvolto molto gli psicologi che si sono messi a disposizione a diversi titoli, la loro presenza è stata sollecitata dalle Istituzioni e dalle Associazioni di categoria e come tanti medici ed infermieri sono stati in prima linea e in linea on-line.

Il dott. Parmentola ci ha ricordato la necessità di commisurare il proprio contributo professionale alla possibilità reale di offrirlo, riferendosi ai casi in cui l'emergenza abbia scatenato psicopatologie più importanti. In queste situazioni è consigliabile chiarire il quadro diagnostico ma, non essendo semplice, nell'emergenza, l'istituzione di setting appropriati, è opportuno non prendere in carico situazioni cliniche che non si possono professionalmente sostenere.

Il relatore ha insistito sull'importanza di accompagnare quelle operazioni reificative che possono operare dei cambiamenti sia nell'economia intrapsichica che nelle contabilizzazioni cognitive contribuendo ad un alleggerimento per poter "respirare".

Si tratta quindi di sostenere il paziente nell'individuazione di quel po' di buono, accanto al meno buono, che potrebbe arrivare quando tutto sarà concluso; un aiuto a tenere in considerazione quanto si è capito, quanto si è imparato e non ultimo quanto si dovrebbe ricordare. Circa le prestazioni on-line, prendendo atto che il coronavirus ha fatto sì che molti psicologi abbiano utilizzato la video seduta, Parmentola raccomanda di non avere pregiudizi, in quanto il cambiamento del setting non deve essere considerato un tabù; conta maggiormente *"la nostra disponibilità di essere utili"*!

È importante poter riprodurre il più possibile il setting dei nostri studi, facendo assomigliare quanto più la nostra postazione a quella nota ed abituale; è bene non fornire aspetti delle realtà personali del professionista, tipo scorci dell'abitazione, se si lavora da



casa, fotografie o altro, preferendo sfondi predefiniti. Il professionista è "protetto" dalle norme istituzionali; si veda l'art. 1 del Codice Deontologico "le stesse regole (tutte le regole del Codice) si applicano anche nei casi in cui le prestazioni, o parti di esse, vengano effettuate a distanza, via Internet o con qualunque altro mezzo elettronico e/o telematico".

Quindi le prestazioni on-line non autorizzano licenze a nessun articolo del Codice Deontologico; lo psicologo può operare on-line se ciò non viola nessuno dei 42 articoli del Codice, diversamente quella prestazione professionale non è effettuabile. La relazione è proseguita con l'indicazione sull'importanza, per essere certi della stessa efficacia clinica, di confrontare caso per caso i due setting (ambulatoriale e a distanza) e, in qualche modo valutare che cosa si perde e che cosa si guadagna.

Si può valutare, quindi, se la quota efficace sia sufficiente a giustificare la prestazione on-line e quasi sempre sì, nel caso dell'emergenza coronavirus perché spesso non ci sono state alternative.

Tuttavia è necessario ricordare, nelle valutazioni sull'efficacia degli interventi on-line, che l'on-line non è la stessa cosa rispetto alle sedute in presenza e che ogni aspetto della relazione va rimodulato alla luce delle differenze. La prestazione on-line potrebbe essere peggio o meglio di quella reale, ma non sarà mai uguale e non sarà mai la stessa cosa. Il relatore ha ricordato la produzione istituzionale del CNOP nel corso degli anni, con particolare riferimento alle Linee Guida per le Prestazioni professionali on-line e 'a distanza'.

La più recente è una guida aggiornata e tecnica al corretto utilizzo da parte dello psicologo della dimensione on-line. Bisognerebbe riferirsi a queste ultime Linee Guida, stese apposta per ben 'guidarÈ, perché non basta essere esperti di web per ricondurre automaticamente nel web gli standard professionali della professione psicologica.

Giuliana Callero



Pensieri clinici dalla quarantena

Webinar
di Vittorio Lingiardi

Pensieri clinici della quarantena

In questa pandemia siamo stati travolti da qualcosa che ha messo a dura prova il sistema sanitario e gli ospedali sono diventati per la prima volta, anziché il luogo della cura, il luogo del contagio e del pericolo. Questo l'incipit di V. Lingiardi, professore del Dipartimento di Psicologia dinamica e clinica – Sapienza Università di Roma, che prosegue così: la distinzione più importante da fare è tra coloro che hanno vissuto eventi estremamente traumatici, come i sanitari e i familiari e tutti gli altri che hanno vissuto questo trauma senza esserne colpiti direttamente, ma subendo un cambiamento nel loro stile di vita dovuto alla chiusura, privati della libertà di uscire, in convivenza forzata costante che ha fatto vacillare il senso di sicurezza.

Ci sono tematiche che hanno messo radici nei nostri pensieri, un intreccio di paure e di speranze in cui abbiamo anche avuto un'occasione per imparare qualcosa di nuovo su di noi, sulle nostre difese. L'organizzazione delle difese individuali, gruppali e istituzionali, concorrono a determinare l'impatto più o meno traumatizzante, per scoprire qualcosa di nuovo su noi stessi come le capacità di *coping* e di adattamento.

Lingiardi afferma che ne usciremo comunque cambiati, diversi, e rileva che ci possono essere risposte diverse in base alla propensione più claustrofobica o claustrofilica di ciascuno. Possiamo pensare che le persone con assetti difensivi basati sull'evitamento possano essersi adattati meglio diversamente dall'estroverso (come tipo junghiano).

La personalità più introversa o schizoide, ipocondriaca, ritirata, evitante già è portata a una rinuncia alla relazione. I pazienti più gravi hanno gestito meglio la quarantena: quelli con difese più gravi hanno mantenuto un buon funzionamento, perché la minaccia esterna è meno grave di quella interna. Questa esperienza ha posto il tema del confine tra

mondo interno ed esterno. Abbiamo avuto rappresentazioni reali delle angosce che siamo abituati a vedere coi pazienti: di contagio, fusionali, di contaminazione, di isolamento.

Possiamo chiederci: "quali sono le angosce da cui ci si sta difendendo oltre all'angoscia di morte?". I meccanismi di difesa vanno letti in ottica gerarchica (G. Vaillant e C. Perry) da adattivi a disadattivi, secondo la rigidità o flessibilità.

Il più disadattivo non è quello psicotico, ma l'*acting out*, che prende il posto dell'elaborazione emotiva per proseguire con la negazione, l'onnipotenza, l'identificazione proiettiva, la scissione, l'isolamento dell'affetto, fino ad arrivare allo humor, l'affiliazione, la sublimazione.

Legate alle condizioni di base del nostro funzionamento psichico, le difese, che siano sane, moderatamente nevrotiche, borderline, narcisistiche o psicotiche sono di tutti: è il modo di usarle e l'intensità che fanno lo stile difensivo diverso.

La pandemia ha richiesto di pescare nei nostri meccanismi di difesa. È stata necessaria una riorganizzazione: le difese più mature hanno favorito un'attenzione alla protezione di sé e degli altri.

Pensando agli adolescenti, in alcuni casi abbiamo potuto cogliere la preoccupazione per dover sospendere la terapia, ma in altri casi la sospensione dal confronto con i pari può essere stata utile per coloro che, solitamente, lo vivono con un senso d'inadeguatezza. La sospensione e l'annoiarsi, elaborati entro certi limiti, consentono un dialogo con se stessi; alcuni hanno trovato elementi di valore in questo periodo di fermo.

In generale, ognuno ha dovuto fare i conti con l'alterità, sia nella negoziazione tra realtà esterna e realtà interna, sia nella negoziazione tra le diverse

parti della propria personalità che hanno dovuto trovare una convivenza più o meno democratica all'assemblea della mente, una convivenza dei diversi Sé nel proprio Io.

La finestra dello schermo è diventata una membrana con cui scoprire il mondo, ma anche l'occasione per cogliere qualcosa in più su sé stessi, sui propri condòmini interni, come nel film *La Finestra di fronte*. Dal punto di vista simbolico la finestra è il diaframma su interno/esterno, casa/mondo, dove guardar fuori è guardar dentro, attraverso cui troviamo fuori, proiezioni delle nostre rappresentazioni.

A proposito del sistema del convivere possiamo pensare a tre livelli:

- Livello con l'Io
- Con l'altro significativo: tu
- Con l'altro collettivo: noi

Nei casi in cui l'interrelazione tra i 3 livelli è stata buona, è stata minore la limitazione di Sé con l'altro e la convivenza domestica ha offerto spazi di decompressione vissuta con solidarietà e nutrimento affettivo, anche rigenerante.

Al contrario, nei casi non virtuosi, è aumentata la violenza, verso le donne ad esempio, con importanti conseguenze sui minori, perché i partner violenti hanno avvertito maggiore minaccia esterna e maggiore insicurezza interna.

Siamo stati privati, inoltre, della relazione fisica tra le persone: il gesto spontaneo dell'umano di contatto, la vicinanza fisica, le carezze e gli abbracci sono linfa vitale di basilare importanza. Da questo avvicinarsi del corpo deriva del resto anche la radice della clinica (etimo di clinica: chinarsi verso).

Oggi, per curarsi, bisogna invece distanziarsi e non toccarsi: il respiro dell'altro diventa patogeno. È necessario un grande salto delle nostre consuetudini e bisogna fare molto esercizio per attuare l'operazione mentale di scollegare la cura dalla vicinanza e collegare la sicurezza alla distanza.

La rimodulazione vicino/lontano come forma di protezione probabilmente lascerà traccia in noi nella sua paradossale straordinarietà.

Come professionisti abbiamo incontrato problemi organizzativi delle sedute da spostare in modalità on line o telefonica, e abbiamo vissuto implicazioni più cliniche nel passaggio dalla relazione di persona alla finestra virtuale dello schermo.

Questo, a volte, ha consentito di incontrare inaspettate novità sulla vita privata di ognuno, ma al contempo ha richiesto anche una modifica di *setting* importante, fermo restando che il setting più importante rimane quello mentale, che il clinico deve avere introiettato con la formazione e l'esperienza. Abbiamo dovuto anche fare i conti con le parole vissute sulla nostra pelle: solitudine, isolamento, separatezza, ruolo della comunicazione on line. Il mondo della rete che prima era associato a parole critiche come alienazione, *hate speech*, sostituzione della relazione reale con quella virtuale, ora è benedetto, perché ha permesso di tener viva la rete di relazioni.

E cos'è successo alla nostra vita onirica? Sappiamo che il sogno è una narrazione molto ricca che parla dei nostri stati d'animo.

Sappiamo che il sogno può svolgere anche una funzione metabolica della traumaticità e che l'angoscia cambia le caratteristiche del sonno.

Si sono notati filoni ricorrenti:

- temi della forza della natura fuori controllo
- contaminazione
- toccarsi/trasgressione/punizione
- conforto con immagini infanzia, natura amica
- archetipici: pestilenza, zombie
- gravidanza, rinascita, ripartenza

Queste riflessioni presuppongono che lo *psicologo della salute* dovrebbe essere usato in programmi di prevenzione: durante la Fase 1 abbiamo proposto ascolto, con la Fase 2, e successive, occorre valorizzare il ruolo dello psicologo in tutti i contesti. Qualsiasi condizione di emergenza, senza letture di significato e visione delle possibili ricadute, è mancante. Occorre rendere più accessibile la consultazione e l'ascolto nelle istituzioni.

È importante apprendere dall'esperienza collettiva perché può esserci crescita post traumatica, e potremmo trarre apprendimento per minacce future: se c'è elaborazione, infatti, c'è sviluppo. Se muore qualcosa e c'è buona elaborazione allora c'è rinascita, ma occorre elaborare i nuclei rabbiosi e vittimistici.

La comunità sembra dividersi tra ottimisti, protesi a ripensare alle priorità – cosa è futile e cosa necessario – e cinici, che pensano che l'umanità non è migliorata neppure dopo olocausto quindi tantomeno migliorerà ora. Occorre mettere in dialogo questi due poli.

Francesco Durand, Alessandra Brameri

La pandemia.

Ripensare il tempo e lo spazio

Ci siamo fermati, improvvisamente. Improvvisamente costretti a fare i conti con il limite, a confrontarci con un nuovo concetto di tempo – non più frenetico e scandito dal susseguirsi incalzante di attività – e di spazio, dai confini ben definiti, quelli delle nostre abitazioni, in cui ci ritroviamo a coltivare relazioni intime con noi stessi o con i nostri familiari e a mantenere contatti virtuali con il resto del mondo. Si profila una situazione nuova, inimmaginabile fino a qualche settimana fa. Prima tutti noi, giovani e adulti, ci eravamo abituati a muoverci in una società e in un contesto culturale caratterizzati da cambiamenti di un'ampiezza e di una rapidità sconcertanti. Ci rendevamo conto di aver perso i punti di riferimento del passato senza però averne ancora trovati di nuovi o senza immaginare possibili ponti tra ieri e oggi. La libertà ci poneva di fronte ad un vasto campo di innumerevoli possibili scelte. In mancanza di una risposta collettiva, per lo più vaga e spesso contraddittoria, questa forma di libertà caratterizzata da confini incerti e fluidi, ci costringeva ancor di più rispetto al passato a fare i conti con la difficoltà delle scelte, con le contraddizioni, i timori e l'ambivalenza dei nostri sentimenti. Un fenomeno culturale che rischiava di intaccare la capacità di contenimento e di organizzazione della nostra società nei confronti del futuro. Generazioni differenti sperimentavano un senso di disorientamento di fronte a nuovi quesiti, e la mancanza di consenso sociale e di sostegno morale ci lasciavano soli nel momento delle decisioni, in balia della nostra emotività e senza solidi punti di riferimento.

D'un tratto la corsa inarrestabile si è fermata, di fronte ad un'emergenza mondiale e ad un limite, imposto dalle autorità ma dai più accettato e compreso come unico strumento possibile per fronteggiare il pericolo e salvaguardare l'unico bene veramente prezioso, la Vita, nostra e dei nostri cari. In questi giorni intere famiglie, generazioni diverse, si ritrovano "forzatamente" ma anche "volontariamente" a tollerarlo e a rispettarlo, come la sola arma a disposizione per arrestare la terribile guerra del contagio. Tutti siamo uniti, sia all'interno della famiglia sia fuori dei suoi "confini", dalla condivisione di un significato univoco e chiaro, intergenerazionale ed interculturale. Il limite diventa così un atto collettivo di prevenzione e un gesto di solidarietà e di aiuto prezioso e concreto che possiamo offrire a coloro che combattono in

prima linea. Un'esperienza comune ci unisce, attraverso sentimenti contrastanti di speranza e di dolore per la perdita di tante vite e di riferimenti della nostra quotidianità, attraverso il messaggio e il comportamento condiviso di "stare a casa" per sconfiggere la malattia, con il forte desiderio che questo accada quanto prima. Affiora il ricordo di altre "guerre" difficili, di altri nemici da combattere e si crea un ponte fra passato e presente, fra prove simili che l'umanità ha già affrontato in epoche differenti. Ci accorgiamo che "stare a casa", potrà darci anche l'opportunità di creare un nuovo spazio d'incontro e di relazione fra genitori e figli, uno spazio dove potremo riscoprire il piacere del "fare insieme" e della condivisione di determinate attività, anche attraverso la tappa imprescindibile della conflittualità. Non dimentichiamoci che la condizione *sine qua non* di un conflitto "tollerabile" e non distruttivo risiede nel rispetto reciproco, anche se asimmetrico (nella differenza di ruoli, genitore-figlio), nel riconoscere l'altro per quello che è, con esigenze e desideri propri. Il conflitto intergenerazionale consente al figlio di sperimentare un ruolo attivo, assume il valore di una prova in cui misurarsi; esso diventa una possibile occasione di contatto che mette in rilievo anche le differenze, rafforzando nel giovane in crescita, il sentimento di autonomia e di identità che lo condurranno a fare esperienza del mondo. La sospensione e la dimensione intima, che stiamo vivendo in questa diversa quotidianità, potrebbero condurci ad una nuova libertà, elaborata attraverso un tempo per riflettere, e alla ricerca di nuove soluzioni. La capacità di attendere e di saper sostare in questa situazione ancora incerta, potrà favorire in noi lo sviluppo della capacità di pensare e di coltivare uno spazio interiore che ci consentirà di iniziare a riproiettarci nel futuro con nuovi e diversi progetti. In questo modo ciascuno avrà anche l'occasione di prendersi cura sia di se stesso sia del bene della comunità e di allenarsi ad affrontare con forza, coraggio, speranza e creatività le esperienze che la vita ci propone. Concludo con l'augurio che ciascuno di noi possa superare questa emergenza uscendone con nuove domande e possibili risposte e con un rinnovato senso comune di solidarietà e di responsabilità nei confronti degli altri e dell'ambiente che ci ospita.

Mara Maragno - Psicologa Psicoterapeuta

