

Padova, 18 giugno 2020

**PSICOLOGI IN CAMPO NELL'EMERGENZA COVID19
IL PUNTO DI ASCOLTO DELLE SCUOLE DI SPECIALIZZAZIONE
DELL'UNIVERSITÀ DI PADOVA**

Il 23 marzo scorso, in piena emergenza COVID19, è partito un progetto pilota delle Scuole di Specializzazione Universitarie di Area Psicologica (SUAP) del Dipartimento di Psicologia dello Sviluppo e della Socializzazione (DPSS) e del Dipartimento di Psicologia Generale (DPG), in raccordo con la Scuola di Psicologia dell'Università di Padova.

Nella situazione straordinaria dettata dall'emergenza legata al Covid-19, gli specializzandi e i loro tutor, docenti delle Scuole di Specializzazione in Psicologia del Ciclo di Vita, in Psicologia Clinica e in Neuropsicologia in collaborazione con i ricercatori del Laboratorio ID – Internet e Dipendenza: laboratorio di ricerca e intervento, hanno avviato una riflessione in merito a ciò che era possibile per loro fare, secondo le proprie competenze e le normative vigenti, in un'ottica di solidarietà e aiuto alla collettività. In quel momento, infatti, tutti gli allievi delle specialità mediche e delle professioni sanitarie dell'Ateneo di Padova, e di tutta Italia, stavano fornendo un imprescindibile e ammirevole contributo personale e professionale al contenimento e alla possibile risoluzione di quella che può essere considerata una delle più importanti emergenze sanitarie e sociali della nostra epoca. E gli psicologi? Quale poteva essere il loro ruolo in quel frangente così difficile in cui la vita e la morte si stavano confondendo, mescolando? Era possibile pensare ad un contributo delle competenze psicologiche in una fase in cui, ovviamente, era importante la scienza medica per la salvaguardia della vita, più che la considerazione del benessere globale dell'individuo e del suo contesto? La risposta è stata sì: proviamo a pensare che le emozioni, gli affetti costituiscono sempre una parte centrale della sopravvivenza e che, forse, è necessario, oltre che utile, fornire la possibilità di parlare anche di questo.

Molte persone, infatti, si sono trovate a fronteggiare l'emergenza vivendo da soli, lontani dalle famiglie di origine o dalla cerchia di amicizie, come richiesto dalla limitazione delle interazioni sociali, e questo sappiamo essere stato un fattore di malessere importante, troppo spesso ingigantito dalle notizie sempre più preoccupanti, diffuse dai media e dal continuo mutare delle procedure di contenimento dell'emergenza. Inoltre, la chiusura dei contesti scolastici, assistenziali di base, commerciali e lavorativi ha generato momenti di stress nella convivenza prolungata, in assenza di contatti esterni, nella preoccupazione per il futuro e nelle difficoltà di gestione del presente, anche in termini di progettualità economiche, sociali, relazionali.

In quella fase, comunicare all'interno della propria cerchia familiare e/o amicale era troppo faticoso, rischiando di essere una inutile trasmissione incontrollata di pensieri e sensazioni negativi, laddove confrontarsi invece in un contesto di professionisti formati, poteva consentire la possibilità di uno spazio più libero e autorizzato per comunicare a se stessi e all'altro eventuali malesseri, dubbi, disagi, sempre più pressanti date le condizioni di vita.

In linea con il percorso delineato, **è partito quindi un punto di ascolto online aperto alla popolazione di giovani adulti, famiglie, genitori, singoli individui, attraverso incontri di consultazione e sostegno, gratuiti, ad oggi ancora aperto ed operante per tutti coloro che, nonostante l'apertura delle restrizioni, sentono il bisogno di un ascolto specifico e professionale rispetto alle paure, alle ansie, alle difficoltà affrontate o ancora presenti nella propria esistenza.** Il punto di ascolto è stato realizzato tramite una linea telefonica ed una mail per le richieste individuali, familiari e provenienti dalle scuole, legate al tema della didattica a distanza e della gestione dei bambini e degli apprendimenti nella fase "calda" del lockdown. Parallelamente, sono state aperte una pagina Facebook e Instagram attraverso le quali comunicare in modo informale ma specifico iniziative, notizie, novità sulla vita quotidiana, le esigenze emergenti, le difficoltà concrete della chiusura che tutti hanno affrontato. Alla data del 23 maggio, in corrispondenza con i decreti di ri-apertura graduale e con il passaggio alla fase 2 di contrasto all'emergenza COVID19, il servizio contava due mesi di operatività, rispetto ai quali sono stati sistematizzati pochi ma significativi dati di funzionamento. Era proprio vero che la disponibilità di figure professionali incapaci di salvare la vita, ma capaci di alleviare le sofferenze della mente, poteva essere utile e utilizzata dalla popolazione?

Qualche dato

Nei primi due mesi sono state ricevute 133 richieste di consultazione, tutte accolte, per un totale di più di 300 colloqui svolti on line dai professionisti operanti presso il punto di ascolto; questo ha coinvolto un totale di 34 psicologi, di cui 18 allievi delle Scuole di Specializzazione (SUAP) di Area Psicologica dell'Università di Padova, e il restante composto da psicologi in formazione e da docenti dei Dipartimenti psicologici del nostro Ateneo che hanno fornito un supporto formativo, di supervisione e organizzazione a tutto il progetto. Non ultimo il ruolo del personale tecnico e amministrativo dei Dipartimenti che si è reso disponibile, all'interno ma anche oltre le proprie ore di lavoro, al supporto organizzativo e logistico del punto di ascolto coordinando le varie attività, attivando documentazione, contatti, reperibilità. Insomma, una piccola task force al servizio dell'emergenza, secondo una prospettiva sanitaria, psicologica, di aiuto e attivazione di competenze.

Rispetto alle pagine social, su FB sono stati raggiunti circa 2000 followers con una media giornaliera di circa 900 persone raggiunte, in calo dopo il 23 maggio a seguito dell'apertura e del ritorno a ritmi di vita maggiormente tipici, così come gli accessi a Instagram. In generale, l'80% dei fruitori sono state donne, nel 40% sul territorio padovano e nella fascia di età 25-34 anni.

Chi ha utilizzato maggiormente il servizio?

Non è possibile tracciare una tipologia specifica e ristretta di persone che si sono rivolte al punto di ascolto, **ma sicuramente ci sono state molte richieste da parte di giovani adulti bloccati nelle loro attività lavorative, esistenziali, di autonomia e progettualità dalla chiusura e dalle restrizioni imposte dal lockdown. Parallelamente, le famiglie si sono rivolte con le problematiche relative ai bambini, alle preoccupazioni per la loro salute e per la gestione delle giornate, delle attività scolastiche e relazionali impedito per lungo tempo:** il rapporto con i pari, la lontananza dai nonni e dalla rete familiare hanno costituito le principali fatiche di questi mesi e l'emergere di difficoltà condivise nei colloqui. Infine, gli anziani spesso chiusi nelle loro abitazioni in solitudine, con la richiesta di una interlocuzione a spezzare il silenzio e a riprogrammare una vita possibile in cui le piccole attività quotidiane potessero essere un traguardo nuovamente raggiungibile in un futuro non troppo lontano.

In altre parole, bisogni a tutto tondo, commisurati con l'età, la condizione, le prospettive ma tutti accomunati da un sentire di straniamento, solitudine, paura della perdita di progettualità di vita e di futuro, compromesse dalla condizione che ognuno stava affrontando. L'ascolto allora aveva un senso, al di là della cura fisica e oltre la sopravvivenza stessa. L'intervento psicologico può quindi essere vitale a fronte di condizioni esistenziali di sopravvivenza, ma non di benessere. Questo uno dei principali aspetti del percorso professionale intrapreso dagli Specializzandi e dai docenti in campo. Occorre esserci, professionalmente e personalmente, occorre esserci.

E adesso?

Il punto di ascolto rimane aperto, almeno fino alla sospensione estiva nel mese di agosto, con contatti, orari e disponibilità invariati. Le richieste sono calate numericamente ma stanno emergendo due aspetti che non sono da sottovalutare: (a) la progressiva complessità delle richieste, probabilmente provenienti da persone e famiglie in grande difficoltà che non stanno avendo sollievo dalla nuova fase di apertura e dal graduale ritorno alla vita così come la conosciamo, o quasi; (b) il cambiamento di centratura rispetto ai bisogni, per cui si sta facendo strada l'angoscia per il lavoro, le condizioni economiche compromesse dall'emergenza, le preoccupazioni per la ripresa e per il possibile fallimento della stessa. Su questo si sta già lavorando per tenere in considerazione anche questi temi come uno scenario di sofferenza psichica, emergente dalla crisi lavorativa, economica e sociale che stiamo affrontando e che affronteremo con tempi probabilmente lunghi e, in alcuni casi, devastanti per lavoratori, famiglie, sistemi aziendali e commerciali.

Emergenza COVID19, parlarne è possibile: gli psicologi restano in campo.