

## Lo psicologo su skype per aiutare nell'isolamento

**Pubblicato:** Lunedì 30 Marzo 2020



Da diverse settimane il nostro Paese vive una situazione complicata, in cui il distanziamento sociale che dobbiamo osservare rischia di diventare un'importante fattore di rischio nello sviluppo di problematiche psicologiche. Proprio per questo, se fino a poche settimane fa la sede dell'**Associazione Gli Sdraiati** ([www.glisdraiati.it](http://www.glisdraiati.it)) era colma di adolescenti di tutte le età che arrivavano per svolgere ripetizioni o fare psicoterapia, oggi è vuota. Prima dell'emergenza Coronavirus, l'Associazione Gli Sdraiati si rivolgeva esclusivamente ad adolescenti e genitori, ma ora ha deciso di aprire la propria "struttura online" a tutti i cittadini che

vivono un momento di difficoltà, indipendentemente dalla fascia di età. Dalla fine del mese di Febbraio infatti, con la notizia della scoperta del primo caso di Coronavirus, la chiusura delle scuole e il lockdown del Paese, anche Gli Sdraiati hanno dovuto sospendere le attività: prima quelle di gruppo tra cui anche le lezioni della scuola di recupero per studenti delle medie scolasticamente dispersi, poi tutte le attività di sostegno scolastico e infine anche le psicoterapie.

"Il fondamento dei nostri interventi è il mantenimento di una sincera relazione di sostegno tra adulto e adolescente, che le tecnologie, malgrado la distanza, ci consentono di mantenere in vita: abbiamo riconvertito tutti gli interventi in forma telematica, sfruttando le enormi potenzialità della rete e le competenze dei ragazzi, che con entusiasmo ci hanno seguito – commenta il Dott. Luca Dinatale, Psicoterapeuta e Presidente dell'Associazione – I nostri insegnanti continuano a svolgere le lezioni in videoconferenza e anche gli psicologi continuano a incontrare gli adolescenti e i genitori, **via Skype**. Insieme con alcune scuole abbiamo trasferito online persino gli sportelli di ascolto psicologico che gestivamo".

Gli psicologi dell'Associazione, che insieme ad altre figure professionali (insegnanti, educatori, neuropsichiatri, artisti) compongono l'equipe multidisciplinare che generalmente si occupa di sostenere i giovani nella difficile sfida di diventare grandi, in questa fase mettono a disposizione tempo e competenze di aiuto per sostenere emotivamente gli italiani messi a dura prova dalle conseguenze del Coronavirus.

L'Associazione ha attivato una linea (telefonica e Skype) per stare vicino e offrire ascolto a chiunque stia sperimentando un disagio psicologico.

"Il rallentamento che la vita di tutti noi ha dovuto subire, insieme alla giustificata paura che la malattia possa coglierci o aggredire qualcuno a cui vogliamo bene, può far scaturire reazioni psicologiche avverse, soprattutto nelle personalità più fragili, senza distinzione di età. Tra le sintomatologie più probabili potrebbe esserci ansia, depressione disturbi post traumatici da stress e sindrome da burnout, questi ultime in particolare tra il personale sanitario.

La nostra associazione si occupa prevalentemente di adolescenti e genitori, ma molti di noi hanno maturato esperienza anche nella psicologia dell'emergenza, nel supporto agli adulti o nella clinica dell'anziano, e proprio per questo vogliamo mettere a disposizione di tutti il nostro know-how." Conclude il Dott. Dinatale.

**Come funziona il servizio?** Per poter parlare con un esperto è sufficiente scrivere una email all'indirizzo [segreteria@glisdraiati.it](mailto:segreteria@glisdraiati.it) o contattare l'Associazione sulla pagina Facebook

(fb.com/glisdraiati), dopo una prima analisi della domanda di aiuto con i professionisti verrà definito il percorso di sostegno psicologico più adeguato, che per tutto il periodo dell'emergenza sanitaria si svolgerà a distanza, e successivamente potrà proseguire in presenza.

L'Associazione "Gli Sdraiati" è nata nel Settembre del 2017 dalla volontà di un gruppo di esperti dell'adolescenza, con lo scopo di aiutare i ragazzi e le famiglie in crisi ad affrontare le difficili sfide della crescita.

Obiettivo dell'Associazione è quello di rendere accessibili interventi altamente specialistici, tanto alle famiglie, quanto agli enti pubblici che hanno a che fare con i giovani, come i comuni, le scuole, gli oratori.

**Le attività vanno dalla psicoterapia per gli adolescenti e i genitori alle ripetizioni**, dai laboratori artistici ai progetti di recupero scolastico e orientamento lavorativo.

Una proposta integrata che mette insieme clinica, scuola, educazione e tempo libero e vuole evitare la frammentarietà dei servizi con cui le persone che chiedono aiuto spesso si scontrano.

Redazione VareseNews

redazione@varesenews.it