

LINK: <http://www.padovaoggi.it/attualita/coronavirus-punto-ascolto-psicologico-universita-padova-03-aprile-2020.html>



**PADOVAOGGI**

**Attualità**

**Attualità**

## Un punto di ascolto psicologico online e gratuito sull'emergenza Coronavirus: il progetto pilota

Rivolto alla popolazione che sente il bisogno di confrontarsi e trovare un supporto per fronteggiare la situazione di emergenza: l'iniziativa dell'Università di Padova

**PO** Redazione  
03 APRILE 2020 14:43



La locandina del progetto

**P**arlare è possibile: parte da questa considerazione il progetto pilota di attivare un punto di ascolto psicologico online sull'emergenza Covid 19. L'iniziativa è istituita dalla 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 accordo con la Scuola di Psicologia dell'Università di Padova.

### Supporto

L'iniziativa ha il supporto della Provincia di Padova che si è impegnata a darne diffusione a tutti i sindaci del territorio. Commenta a tal proposito il presidente Fabio Bui: «Si tratta di un'idea assolutamente meritevole di attenzione: ci sono persone in forte difficoltà, ma altrettante ce ne saranno dopo l'allentamento delle misure attuali. Dobbiamo evitare che chi soffre non finisca nel baratro dell'ansia e della solitudine e l'unica via veramente utile è parlare, parlare con

### I più letti di oggi

- 1 Pm10 alle stelle negli ultimi tre giorni a Padova e provincia: ecco le motivazioni
- 2 «Via libera alla vendita di piante e fiori»: boccata di ossigeno per 450 aziende padovane
- 3 Coronavirus, arrivata a Padova la prima tranche di buoni spesa: ecco come ottenerli
- 4 Lo scatto al mercato, parla il fotografo: «Non sono un manipolatore, non cerco scandali»

qualcuno che possa aiutare questi nostri concittadini a vedere il bicchiere mezzo pieno e a lottare per trovare soluzioni. Per questo ho scritto una lettera ai sindaci del territorio padovano affinché diano la massima diffusione dell'esistenza di questo servizio. È accessibile online, non ha nessun costo e sicuramente potrà aiutare tante persone: l'appello è di utilizzare questo sportello, non vergognarsi a chiedere aiuto perché l'emergenza che stiamo vivendo ha colpito ognuno di noi e abbiamo tutti il bisogno di parlarne e buttare fuori le preoccupazioni. Insieme, tutti insieme, ce la possiamo fare».

## Punto di ascolto

In questa 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 è possibile per loro fare, secondo le proprie competenze e le normative vigenti, in un'ottica di solidarietà e aiuto alla collettività, in particolare offrendo alla cittadinanza un punto di ascolto online. Sottolinea Margherita Colonnello, consigliere provinciale alle politiche giovanili: «Da qui in poi tutte le Istituzioni dovranno essere unite e promuovere ogni iniziativa a sostegno dei cittadini: è fondamentale che i Comuni conoscano e diffondano l'esistenza di questo sportello perché c'è bisogno di persone specializzate e formate che diano supporto a famiglie, cittadini, anziani, uomini, donne, imprenditori e giovani in difficoltà. All'interno del mondo universitario ci sono realtà di altissimo livello che hanno gli strumenti professionali e scientifici per aiutare la nostra comunità. Credo che quest'emergenza stia insegnando a tutti noi il valore e l'importanza di affidarci a persone preparate. Ringrazio l'Università e il presidente della Provincia per aver dato diffusione a questa iniziativa».



### PUNTO DI ASCOLTO PSICOLOGICO ONLINE E GRATUITO

RIVOLTO ALLA POPOLAZIONE CHE SENTE IL BISOGNO  
DI CONFRONTARSI E TROVARE UN SUPPORTO  
PER FRONTEGGIARE LA SITUAZIONE DI EMERGENZA  
*a cura degli specializzandi e dei docenti psicologi dell'Università di Padova*

**ATTIVO DA LUNEDÌ A VENERDÌ**

TEL. 049.8276496 dalle 9.00 alle 12.00 e dalle 15.00 alle 19.00  
SKYPE dalle 9.00 alle 18.00

INVIARE UN'EMAIL  
[emergenza.psicologionline.djps@unipd.it](mailto:emergenza.psicologionline.djps@unipd.it)

PER INFORMAZIONI  
[www.djps.unipd.it/emergenza-psicologi-online](http://www.djps.unipd.it/emergenza-psicologi-online)



UNIVERSITÀ  
VICENZA STRADA  
DI PADOVA

DJPS  
Dipartimento di Psicologia  
e Scienze Psicologiche

DPS  
Dipartimento di  
Psicologia

LAB ID  
Internet e Dipendenza

Molte persone si trovano a fronteggiare l'emergenza vivendo da soli, lontani dalle famiglie di origine o dalla loro cerchia di amicizie, come richiesto dalla limitazione delle interazioni sociali, e questo può essere un fattore di malessere importante, troppo spesso ingigantito dalle notizie sempre più preoccupanti che arrivano dai media e dal continuo mutare delle procedure di contenimento dell'emergenza. Inoltre, la chiusura dei contesti scolastici, assistenziali di base, commerciali e lavorativi può generare 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. Qualsiasi persona, anche la più equilibrata, in tali condizioni può sentire che le ansie, i pensieri crescono, affollano la mente e rendono difficile affrontare e riorganizzare la vita quotidiana nei necessari cambiamenti richiesti di questo periodo. Parlare e confrontarsi all'interno della propria cerchia familiare e/o amicale può essere faticoso, può portare ad attriti e malumori e può rischiare di essere una inutile trasmissione incontrollata di pensieri e sensazioni negative. Confrontarsi in un contesto di Scuole di Specializzazione che istituzionalmente sviluppano ricerca e formazione specifica su tali argomenti, può consentire la possibilità di uno spazio più libero e autorizzato per comunicare a se stessi e all'altro eventuali malesseri, dubbi, disagi, nella consapevolezza che sia proprio importante parlare di ciò che passa per le nostre menti in questi periodi e di ciò che ci preoccupa o ci intristisce. Depositare in uno spazio neutro e professionale queste emozioni aiuta a ritrovare la lucidità per affrontare il cambiamento, con maggiore senso di efficacia.

## **Offerta e utenza**

In linea con quanto detto, le Scuole di Specializzazione in Psicologia del Ciclo di Vita, in Psicologia Clinica e in Neuropsicologia dei Dipartimenti Dpss e Dpg dell'Università di Padova, in raccordo con il Laboratorio Id - Internet e Dipendenza, un laboratorio di ricerca e intervento, forniscono un punto di ascolto online aperto alla popolazione di persone maggiorenni (giovani adulti, famiglie, genitori, singoli individui), attraverso un massimo di tre incontri di consultazione e sostegno, gratuiti, da parte di specializzandi autorizzati e affiancati dai rispettivi supervisori. Le suddette specificano: «Non si tratta di un Servizio psicoterapeutico e/o diagnostico, ma di un servizio pilota di consultazione psicologica che nasce come progetto specifico delle Scuole di Specializzazione di Area Psicologica orientato alle tematiche connesse all'emergenza Covid-19. Nello specifico, offriamo la possibilità di condividere e confrontarci su una serie di condizioni legate alla situazione presente:

- Sensazioni di smarrimento, ansia, stress, abbattimento, tristezza, solitudine
- Difficoltà nella gestione dei figli a casa, con gli obiettivi scolastici e di apprendimento affidati alla famiglia e ai genitori
- Difficoltà nella gestione delle giornate di convivenza in coppia e in famiglia
- Difficoltà nella cura delle persone anziane o fragili delle nostre famiglie, o affetti da disabilità cognitive, neurologiche o fisiche, in un momento in cui i servizi di base sono rallentati e/o sospesi

- Difficoltà emotive derivanti dal proprio ruolo lavorativo, soprattutto se implicato nella gestione dell'emergenza sanitaria o sociale riguardante COVID
- Preoccupazioni legate all'interruzione e/o alla sospensione della propria attività lavorativa, riguardanti il presente, ma anche il futuro a breve e lungo termine
- Tutte le condizioni in cui la situazione generale e quella personale generano disagio e bisogno di scambiare pensieri, opinioni, riflessioni con un professionista esterno alla cerchia amicale e familiare.

Il punto di ascolto non risponde per informazioni sanitarie generali, per richieste di natura medica o amministrativa».

## Info e contatti

Il punto di ascolto offre tre livelli di servizi alla popolazione:

- Uno sportello online aperto dal lunedì al venerdì, dalle 9 alle 18. È possibile inviare una email a [emergenza.psicologionline.dpss@unipd.it](mailto:emergenza.psicologionline.dpss@unipd.it), su cui convergeranno tutte le richieste da smistare tra le tre Scuole, descrivendo in poche parole la propria richiesta e i propri bisogni lasciando il proprio numero di telefono e contatto Skype. Verrà inviata una risposta entro un giorno feriale, con la proposta di un appuntamento via Skype.
- Una pagina Facebook (disponibile [a questo link](#)) attivata nei siti dipartimentali delle Scuole di Specializzazione in cui saranno caricati materiali, informazioni relativi alla situazione attuale ma anche ad altri temi, con l'idea di portare la mente un po' fuori dagli argomenti pressanti di queste settimane e di farla spaziare in luoghi più leggeri, di svago, di leggerezza.
- Una linea telefonica (049-8276496) aperta dal lunedì al venerdì dalle 9 alle 12 e dalle 15 alle 19 per coloro che non amino troppo la tecnologia, che non abbiano disponibilità di strumenti quali pc, tablet, connessione internet ecc. Telefonicamente, si potranno sostenere consulenze con le modalità descritte per la forma via Skype.

## Sostieni PadovaOggi

Caro lettore, dall'inizio dell'emergenza sanitaria i giornalisti di PadovaOggi ed i colleghi delle altre redazioni lavorano senza sosta, giorno e notte, per fornire aggiornamenti precisi ed affidabili sulla **epidemia Covid-19**. Se apprezzi il nostro lavoro, da sempre per te gratuito, e se ci leggi tutti i giorni, ti chiediamo un piccolo contributo per supportarci in questo momento straordinario. Grazie!

Scegli il tuo contributo:


5€

10€

25€

50€

[scegli importo](#)



Argomenti: [aiuto psicologico](#) [coronavirus](#) [emergenza coronavirus](#)

[provincia di padova](#) [punto di ascolto](#) [sostegno psicologico](#)

[università degli studi di padova](#)

[f Condividi](#) [Tweet](#) [WhatsApp](#) [Email](#)

## In Evidenza



**Coronavirus: nuovo modello di autodichiarazione per gli spostamenti (agg. 26 marzo 2020)**



**Come evitare le code al supermercato? Ora si può, basta controllare prima l'affluenza**



**Proroga della terza rata, ma non solo: tutte le agevolazioni decise dall'Università di Padova**



**SPONSOR Coronavirus: le offerte di lavoro per fronteggiare l'emergenza**

## Potrebbe interessarti

**CONSEGNA GRATUITA A CASA TUA**

SOLO ONLINE

E SE VUOI PAGHI A RATE CON TASSO ZERO!



**CONSEGNA GRATUITA**  
Approfitta solo online della consegna gratuita su una selezione di prodotti

AD

[ACQUISTA ORA!](#)

**HUAWEI Store ti dà il benvenuto. Sconti fino al...**

sponsorizzato da Outbrain |▶



**PER I TUOI PROGETTI.**  
Scegli Prestito Compass anche dal cellulare

AD

[ESCLUSIVA VODAFONE](#)

Esclusiva Vodafone

**Solo online Fibra a 27,90€, 2 mesi in regalo + SIM dati...**

sponsorizzato da Outbrain |▶

## I più letti della settimana



**1 Coronavirus, Zaia: «Si tornerà alla normalità, ma gradualmente. Non abbassiamo la guardia»**



**4 «Via libera alla vendita di piante e fiori»: bocciata di ossigeno per 450 aziende padovane**



**2 Pm10 alle stelle negli ultimi tre giorni a Padova e provincia: ecco le motivazioni**



**5 LIVE - Emergenza Coronavirus: altri anziani morti, a Padova 2,3 positivi ogni mille abitanti**



**3 Rientra e trova la compagna esanime: stroncata in casa da un male fatale**



**6 LIVE - Emergenza Coronavirus, domenica di controlli e chiusura totale di supermercati e negozi**



## CANALI

[Cronaca](#)

[Sport](#)

[Politica](#)

[Economia e Lavoro](#)

[Consigli Acquisti](#)

[Cosa fare in città](#)

[Zone](#)

[Segnalazioni](#)

## APPS & SOCIAL



[Chi siamo](#) · [Press](#) · [Contatti](#)

© Copyright 2010-2020 - PadovaOggi supplemento al plurisettimanale telematico VeneziaToday reg. tribunale di Roma n. 41/2014 P.iva 10786801000