

PROGETTO DI CONSULENZA PSICOLOGICA RIVOLTA ALLA POLIZIA di STATO, POLIZIA PENITENZIARIA, VIGILI DEL FUOCO, CORPO FORESTALE.

CHI SIAMO

Siamo un'associazione di psicologi che nasce e si struttura dalla comune esperienza ventennale nel campo della relazione d'aiuto.

L'associazione, attraverso la collaborazione di varie figure professionali sanitarie, si occupa di attivare progetti di prevenzione per sostenere ed accompagnare le persone che avvertono difficoltà in ambito relazionale, affettivo ed emotivo.

CONSIDERAZIONI GENERALI

L'organizzazione sociale che determina in parte il modo di pensare, di vivere, di instaurare relazioni significative di un individuo, tende a cambiare molto rapidamente determinando un necessario tentativo di adattamento dell'uomo.

Le nostre capacità di adattamento ai cambiamenti sociali e la semplice evoluzione psicologica di un individuo non sempre riescono ad adeguarsi a tali ritmi .

Queste forme di disassamento temporale che spessissimo cogliamo nello stress quotidiano, nel non riuscire a star dietro a tutto ciò che dovremmo o vorremmo fare, determinano sempre di più forme di disagio che comportano, oltre che un forte costo in termini sociali, un disagio vasto in diversi ambiti che vanno dall'individuale, al familiare, al mondo del lavoro.

E' luogo comune pensare che lo stress lavorativo sia appannaggio solamente delle persone fragili e indifese mentre il fenomeno, colpisce inevitabilmente anche quelle categorie di lavoratori che almeno nell'immaginario collettivo ne sarebbero esenti, ci riferiamo in modo particolare alle cosiddette "professioni di aiuto", dove gli operatori sono costantemente esposti a situazioni stressogene alle quali ognuno di loro reagisce in base al ruolo ricoperto e alle specificità del gruppo di appartenenza.

Ci riferiamo, per esempio, a tutti coloro che nell'ambito dell'Amministrazione di appartenenza spesso si ritrovano soli con i loro vissuti, demotivati e sottoposti ad innumerevoli rischi e ad occuparsi di vari stati di disagio familiare, di problemi sociali di infanzia maltrattata ovvero tutto quel mondo della marginalità che ha bisogno, soprattutto, di un aiuto immediato sulla strada per sopravvivere.

In questa situazione qualunque sia la preparazione professionale, l'età e l'esperienza sul campo dell'operatore, l'entrare in contatto con situazioni di angoscia, dolore, violenza, distruzione, morte, dà inevitabilmente origine a profonde e importanti reazioni sul piano emotivo che possono portare in casi estremi a comportamenti patologici .

Ci sembra importante però, fare alcune considerazioni su alcune **caratteristiche che riguardano il gruppo di appartenenza degli agenti di polizia di Stato:**

- a) Risulta, in questo ambito, difficile esprimere sentimenti legati alla paura, alla tristezza, all'impotenza poiché non sono in linea con l'ideale di temerarietà tipico del "poliziotto modello" o di altri tutori della sicurezza, anche in base a ciò, l'intervento psicologico dovrà tener conto del timore di essere giudicato ed indagato con compromissione della propria immagine professionale.
- b) Gli agenti di polizia in particolare, sentono di appartenere ad un gruppo di riferimento fortemente connotato da norme, da precisi doveri, procedure e regolamenti che spesso vengono esperiti in forme penalizzanti.
- c) Coloro a cui facciamo riferimento, per ragioni intrinseche al tipo di attività svolta, tendono a seguire una direzione di pensiero basata su stimolo-risposta, penalizzando quella funzione elaborativa indispensabile per il raggiungimento di una efficace comprensione dell'evento.

Spesso, anche quei supporti emotivi, generalmente ritenuti tali come la famiglia, vengono svalutati e non riconosciuti nella valenza di conforto e sostegno .Il disagio che si sperimenta in alcune occasioni non può essere condiviso all'interno del proprio nucleo familiare nel timore di tradire le aspettative che nel proprio immaginario tutti hanno posto nei suoi confronti in qualità di "padre e marito che nulla teme"

Per quanto riguarda l'ambito professionale, evidenziamo inoltre, la difficoltà da parte del personale di potere "confidare" aspetti che riguardano un disagio psicologico seppur circoscritto al momento, nel timore di incorrere in giudizi negativi che possano pregiudicare il proprio percorso professionale .

Tale atteggiamento, risulta essere un serio problema poiché, di fronte ad un semplice disagio, non ancora diventato una seria patologia con tutto il suo corollario di sintomi, anche una semplice apertura al colloquio , in fase iniziale, può dar modo all'individuo di recuperare il proprio equilibrio .

Possiamo quindi individuare una matrice del disagio psicologico in quell'intollerabile sentimento di solitudine ,di impossibilità a comunicare e a condividere con altri questa sofferenza

LA NOSTRA PROPOSTA

Ciò che la nostra associazione propone è la possibilità di offrire un servizio che mira alla promozione del benessere del personale della P.S., P.P.,V.F. e C.F. un servizio interno o esterno di consulenza, sostegno ed ascolto a tutti coloro che presentano difficoltà da un punto di vista psicologico nel senso più esteso del termine. Può capitare, in qualunque momento della vita, di aver bisogno di un aiuto esterno, di uno psicologo che possa dare una mano a superare le proprie difficoltà nella massima privacy senza essere costretto ad ufficializzare lo stato di disagio che può essere solo momentaneo e circoscritto ad un periodo difficile, come accade a tutti. Accertamenti, circoscritti e isolati, in base a singoli casi, delle commissioni mediche, oltre alle visite semestrali non bastano. Denunciando il proprio disagio per una situazione familiare, una malattia, una separazione si corre il rischio di essere isolati e guardati con sospetto. Nei casi più gravi è prevista la sospensione dal servizio con conseguente ritiro di pistola e tesserino, ecco dunque che ne deriva un atteggiamento di chiusura sentendosi obbligati a trattenere le proprie paure, le tensioni, le difficoltà. I soggetti a cui facciamo riferimento, rischiano di sentirsi abbandonati a sé stessi, quasi costretti a nascondere il proprio disagio per non pregiudicare la carriera e il proprio ruolo se non addirittura il posto di lavoro. Non possiamo dimenticare alcuni casi tristemente emblematici simbolo di una sofferenza comune a molti, obbligati a mostrare in servizio "un volto diverso dalla realtà". La proposta nasce da un'idea molto semplice: a fronte di un disagio sociale oggettivamente molto esteso, la ricaduta di tale disagio riguarda principalmente la famiglia ed il mondo del lavoro, anziché aspettare che siano le persone a cercare un aiuto, noi proponiamo un aiuto attraverso l'istituzione in prospettiva di una ricaduta positiva che tutto ciò può avere in termini di costi sociali e lavorativi.

IL PROGETTO IN DETTAGLIO

In molte realtà istituzionali, da tempo ormai, si tiene in grande considerazione il benessere psicofisico dei collaboratori che oltre a migliorare la qualità di vita del singolo, a ricaduta, migliora la qualità di vita e di lavoro interna all'istituzione stessa.

Il singolo lavoratore porta con sé una serie di problemi che attendono a varie aree della propria vita personale che inevitabilmente si ripercuotono nelle relazioni e nell'atmosfera che si crea in ambito lavorativo.

Pertanto, un **servizio di consulenza psicologica** è stato fortemente voluto e sostenuto nei suoi contenuti, dalla CISL e dal SIULP (soprattutto in seguito ad alcuni tragici eventi di cronaca) nonché dall'Associazione Dal nido...al volo con l'intento di favorire la veicolazione, il contenimento e l'attenuazione di tensioni personali altrimenti libere di agire in ambito lavorativo. Il SIULP, la CISL e l'Associazione scrivente ritengono il progetto di interesse prioritario per la salute psicologica del personale con l'obiettivo di rendere partecipe altre associazioni di categoria o culturali in genere

A titolo meramente esemplificativo, i disagi e i problemi più comuni che il servizio potrà trattare, possono essere i seguenti:

- Sostegno alle problematiche connesse alla quotidianità
- Come affrontare lo stress: le difficoltà psicologiche connesse alla gestione della specifica attività professionale
- Problemi correlati alla vita di coppia
- Problemi derivanti da mutamenti degli assetti familiari (separazioni, lutti, eventi traumatici, violenza domestica.....)
- Problemi di ordine emotivo-relazionale

Per quanto riguarda la **presenza delle donne all'interno della Polizia di Stato, Polizia Penitenziaria, Vigili del Fuoco e Corpo Forestale:**

Problemi connessi alla maternità della lavoratrice:

- Gravidanza
- Forme di disagio post-partum
- Orientamento alla scelta del nido o della scuola materna
- Rientro al lavoro : la quotidianità che cambia
- L'aiuto e la suddivisione delle responsabilità
- Mobbing
- Individuazione di stati patologici quali ad esempio disturbi d'ansia, stati depressivi, fobie, attacchi di panico...

- Informazioni in merito a quesiti di carattere psicologico

Questi sono appunto alcuni esempi che nella nostra esperienza clinica ci troviamo quotidianamente ad affrontare nel rapporto con le persone che si rivolgono a noi.

ASPETTI ORGANIZZATIVI

Alla luce di tale iniziativa, si possono fare alcune osservazioni e considerazioni nell'ottica di una progettazione futura che vada a colmare sempre più il divario tra i propositi iniziali del progetto e gli obiettivi realmente raggiungibili.

La realizzazione del progetto prevede:

a) Formulazione, somministrazione ed elaborazione di un **questionario rivolto agli operatori di polizia etc.. sul territorio regionale con l'obiettivo di monitorare il reale stato di disagio psicologico**

b) **Realizzazione di uno spazio d'ascolto psicologico** presso la sede dell'associazione "Dal nido ...al volo" sita in C.so Bramante 61 Torino o presso sedi delle organizzazioni collaboranti al progetto.

Lo sportello prevede un'apertura settimanale della durata di tre ore.

Gli operatori impegnati in tale attività sono psicologi psicoterapeuti consulenti dell'Associazione

c) **Raccolta e analisi dei dati.** Al fine di verificare l'efficacia del servizio di sportello d'ascolto è stata ideata una scheda per la rilevazione dei dati che verrà somministrata a tutti coloro che utilizzeranno il servizio.

d) Verranno realizzati durante l'anno **sei incontri tematici aperti a tutto il personale e alle loro famiglie** sui seguenti temi:

- Mobbing e stress (previsti due incontri)
- La gestione dell'evento traumatico: il vissuto ed il superamento
- La nuova marginalità : operare in una società in continuo cambiamento
- La famiglia del poliziotto:una risorsa spesso dimenticata
- Riconoscere alcune particolari forme di disagio: ansia,depressione e attacchi di panico

e) Stesura relazione e presentazione dei risultati finali

Verrà garantito il rispetto della privacy a tutti coloro i quali utilizzano il servizio di consulenza.

La garanzia della privacy presenta due aspetti:

- il primo attiene al fatto che tutti devono sapere di essere garantiti in merito ai contenuti degli incontri, ciò significa che risulta fondamentale soffermarsi, nel momento in cui viene presentato il progetto, sulla garanzia del segreto professionale.



Il secondo aspetto riguarda l'accesso fisico al servizio di consulenza; la maggior parte delle persone non si pongono particolari problemi sul fatto che i colleghi possano venire a conoscenza del loro utilizzo del servizio, per altre persone questo elemento di privacy risulta di necessità estrema, pertanto i tempi ed i luoghi del servizio devono essere pensati tenendo conto di tali evenienze.

Il progetto qui esposto non vuole essere esaustivo di tutti gli aspetti che lo caratterizzano ma è soltanto una bozza progettuale che verrà personalizzata tenendo conto delle esigenze specifiche dell'Istituzione.