



VADEMECUM PER PSICOLOGI - EMERGENZA-URGENZA COVID-19

Equipe Psicologi delle Emergenze Alfredo Rampi

Come psicologi dell'Associazione *Alfredo Rampi*, inviamo alcune indicazioni, ci auguriamo utili per fare **chiarezza sul ruolo degli Psicologi delle Emergenze e la disponibilità di tutti i colleghi a realizzare colloqui "da remoto"**, in questi giorni di grande incertezza e confusione anche per la nostra categoria, augurandoci possano essere validi spunti di riflessione per la presa in carico delle tante situazioni difficili che in questo periodo stanno inevitabilmente emergendo.

Lo Psicologo delle Emergenze è una figura formata specificamente – negli aspetti teorici e pratici – per operare in contesti critici, privi di *setting* strutturato, che attivano emozioni potenti e profonde; è un volontario altamente specializzato che conosce i sistemi di Protezione Civile e del Soccorso Sanitario, nei quali è inserito e dai quali è attivato tramite le Associazioni riconosciute.

Ogni psicologo di tali Associazioni, riconosciute a livello locale o nazionale, che presta servizio in questo delicato periodo, è inserito in sistema articolato ed ha un gruppo di riferimento che lo rappresenta e lo sostiene (come forma essenziale di protezione personale, tutela degli utenti e garanzia anche per la nostra professione).

Dettagliamo di seguito le indicazioni per le situazioni che vanno necessariamente rimandate ai servizi di *Pronto Soccorso Psicologico* (e simili) attivati in queste settimane dalle Associazioni di Psicologi delle Emergenze e, viceversa, gli invii che possono essere accolti dai colleghi che si sono resi disponibili con colloqui "da remoto".

SERVIZI DI PRONTO SOCCORSO PSICOLOGICO VIA TELEFONO/CHAT/SKYPE

Sono **servizi gratuiti**, gestiti da **Psicologi delle Emergenze formati e inseriti all'interno delle Associazioni riconosciute a livello locale o nazionale dalla Protezione Civile e/o dal sistema di Soccorso Sanitario dell'emergenza-urgenza**.

Sono servizi che si presentano come "porti sicuri" di informazione e supporto psicologico in un momento di grande caos e incertezza per tutta la popolazione.

Accolgono **richieste riguardanti nello specifico le tematiche e istanze legate al Coronavirus**, derivanti nello specifico da:

- **Persone colpite dal virus o con parenti colpiti dal virus**, che richiedono ascolto e supporto.
- **Persone che cercano informazioni sul Coronavirus**, per sé o per i propri cari (es. genitori che necessitano di indicazioni per i figli, anziani, insegnanti, ecc.). Gli operatori psicologi non forniscono direttamente risposte di tipo medico o logistico, né sulla durata, sulla pericolosità sui comportamenti che non siano quelli emanati dagli organi competenti e rimandano ogni questione sanitaria al medico curante – raccomandando di contattarlo per telefono – o ai numeri dell'emergenza dedicati.

- **Operatori** sanitari e del soccorso (medici, infermieri, colleghi psicologi, volontari) e membri delle Forze dell'Ordine, amministratori, ecc., per aiutarli in queste settimane di grande stress e fatica, affrontati "in prima linea", nelle quali stanno risentendo in maniera forte di questa situazione, sia in termini psico-fisici sia in termini di rischio diretto di contagio.

Gli Psicologi delle Emergenze dunque, accolgono la persona e lavorano sui sintomi, sullo stress, sulla fatica, sulla paura e l'incertezza legati all'emergenza, cercando contemporaneamente di esplorare le risorse (sia personali che relazionali), per aiutarla nel processo di adattamento e iniziale elaborazione.

Il colloquio telefonico (o via chat o Skype) è dunque circoscritto alle domande, alle ansie, alle tematiche legate al Coronavirus, al *qui e ora*. Lo Psicologo dell'Emergenza tiene a mente e rimanda che lo spazio a disposizione non può aprire ad altro (problemi pregressi e/o di altro genere. In questi casi qualora la persona lasci intendere altre problematiche se ne prenda nota, accogliendola ma contemporaneamente ricordando le "regole di contesto").

L'operatore psicologo valuta la sintomatologia ed effettua un **triage psicologico**, seguendo i criteri propri della Psicologia dell'Emergenza, più accorgimenti legati alla presente situazione:

- Malattie o lutti per Covid-19
- Vicinanza alle zone più colpite
- Difficile situazione di isolamento
- Impossibilità conclamata di accedere ad altri servizi di supporto psicologico
- Intensità, durata e persistenza di sintomatologia psicologica che compromettono il funzionamento quotidiano della persona (non tanto quello sociale/relazionale che di per sé è limitato dalla situazione in sé)
- Chiamata da parte di persona anziana
- Chiamata da parte di un operatore sanitario/del soccorso, ecc.

POTENZIAMO LA RETE DELL'EMERGENZA-URGENZA PSICOLOGICA

È basilare che gli psicologi su tutto il territorio regionale e nazionale conoscano queste indicazioni, per orientare eventualmente le richieste di pazienti o utenti a tali servizi, in questa fase di emergenza, o per contattarli in prima persona per un confronto emotivo/professionale sui temi del Covid-19.

Le Associazioni riconosciute si occupano, dunque, dell'**emergenza**.

I numeri telefonici o le chat sono generalmente legati ai territori di appartenenza delle Associazioni, ma per la natura stessa di questi strumenti possono accogliere richieste da tutta Italia. **Sarà premura degli operatori rimandare le persone ai servizi territoriali, qualora ce ne fosse necessità nell'immediato (situazioni che non ricadono strettamente nell'ambito emergenziale) o nel post-emergenza:** in questo caso, i colleghi dei servizi telefonici/chat potranno orientare gli utenti verso i colleghi che hanno dato la loro disponibilità sulla pagina del CNOP (v. <https://www.psy.it/psicologionline-la-professione-psicologica-a-disposizione-dei-cittadini.html> <https://www.giornatapsicologiastudiaperti.it/>).

Anche in questo, oggi è il tempo della responsabilità per noi psicologi: il nostro invito è quello di non improvvisarsi psicologi dell'emergenza, se non si è ben formati teoricamente e praticamente: questo per tutelare se stessi, i cittadini e – perché no – anche la nostra professione. A tempo debito, per chi è interessato, ci saranno occasioni per formarsi, per poi operare in questo ambito complesso e articolato, quanto affascinante e solidale.

Costruiamo una rete che possa davvero supportare le persone. I servizi d'emergenza avranno grande conforto e supporto nel veicolare le tante richieste ai colleghi che hanno dato la propria disponibilità per colloqui /consulenze attraverso strumenti di comunicazione a distanza.

Fiduciosi che questo momento di grande difficoltà per tutto il Paese, possa portare elementi di chiarificazione e crescita per la popolazione e anche per la nostra comunità di colleghi, auguriamo salutiamo tutti con stima e solidarietà.

Equipe degli Psicologi delle Emergenze Alfredo Rampi