

Comunicato stampa

Emergenza COVID-19, nasce ItaliaTiAscolto: sostegno psicologico a portata di smartphone

Un progetto dell'Università di Milano-Bicocca per offrire un aiuto, gratuito e a distanza, a chi si trova in difficoltà a seguito dell'emergenza Coronavirus. Attiva da oggi anche la campagna di raccolta fondi su produzionidalbasso.com

Milano, 14 settembre 2020 – Responsabilità o **senso di colpa**, paura, vulnerabilità, ma anche **disturbi del sonno**, difficoltà di concentrazione, **incertezze economiche**. Sono solo alcuni dei disagi e delle difficoltà che la situazione pandemica ha prodotto sulla salute e sul benessere delle persone.

Con l'obiettivo di offrire un **aiuto mirato** a chiunque si trovi in una condizione di stress o di fragilità emotiva dovuta all'emergenza sanitaria da COVID-19, è nata l'**app ItaliaTiAscolto (www.italiatiascolto.it): ascolto e sostegno psicologico a portata di smartphone**.

Si tratta di un progetto del BICApP, il centro di ricerca del dipartimento di Psicologia dell'**Università di Milano-Bicocca**, in collaborazione con l'**Ordine degli Psicologi della Lombardia** e con l'azienda **iMoobyte**, finanziato da **Fondazione di Comunità Milano** e sostenuto dal **Comune di Milano**.

Senza dimenticare la "sindrome della capanna", le preoccupazioni per la ripresa della routine pre-pandemia; le **incertezze di ragazzi, genitori e insegnanti per il rientro a scuola**; la mancata elaborazione del **lutto** e il timore di una seconda ondata del virus, su ItaliaTiAscolto trovano spazio **gruppi di sostegno** in grado di offrire **supporto psicologico** online a tutti i cittadini coinvolti nell'emergenza COVID-19 o in difficoltà nella fase post pandemica.

Accedendo all'**applicazione**, disponibile per i dispositivi Android e iOS, sarà possibile entrare in contatto con una serie di **professionisti psicoterapeuti**, disponibili ogni giorno e in varie fasce orarie, nelle diverse **stanze tematiche**, ognuna dedicata ad un **bisogno psicologico specifico**: sarà sufficiente consultare il calendario delle disponibilità e **scegliere l'appuntamento più adatto alle proprie esigenze**. Ogni **sessione** avrà la **durata di un'ora** e potrà accogliere fino a 16 partecipanti in contemporanea.

«Con questa app offriamo un servizio gratuito a portata di tutti - dichiara **Emanuele Preti**, coordinatore del progetto e docente dell'Università di Milano-Bicocca -. Nel portare avanti il progetto ci siamo rifatti alle più recenti ricerche internazionali, che suggeriscono che un **ascolto psicologico di gruppo** facilmente raggiungibile online è particolarmente indicato in situazioni come quella che stiamo vivendo. Abbiamo inoltre messo in campo un'attività di monitoraggio scientifico del progetto. Sarà interessante verificare gli aspetti di **efficacia del servizio**, oltre agli aspetti di **usabilità** dell'app proposta. Con il centro BICApP, infatti, siamo particolarmente interessati allo studio dei meccanismi psicologici alla base dell'uso delle nuove tecnologie».

«Questa iniziativa è importante non solo perché permette di creare un canale gratuito e facilmente accessibile dove trovare un **primo spazio di ascolto da parte di professionisti certificati** - spiega **Laura Parolin**, presidente dell'Ordine degli Psicologi della Lombardia e docente di Milano-Bicocca - ma è anche un'opportunità per la nostra categoria professionale che, se continuerà e avrà la possibilità di espandersi, offrirà **opportunità di lavoro** retribuito a colleghe e colleghi».

«Dall'inizio del Covid, l'emergenza ha inciso sulle nostre vite, sia per chi l'ha vissuta in prima linea a servizio degli altri, sia per tutti noi che abbiamo messo in sospensione il lavoro, la scuola, gli affetti – commenta **Filippo Petrolati**, direttore di Fondazione di Comunità Milano -. **Tracce di questa esperienza rimangono dentro** e si uniscono ad una fase ancora carica di grandi incertezze. Dopo avere contribuito a potenziare l'assistenza ai più fragili nel lockdown, la Fondazione di Comunità Milano con il **fondo #MilanoAiuta**, prosegue l'impegno verso la comunità sostenendo un servizio innovativo di ascolto: alla ricerca di una nuova normalità».

Per permettere al servizio di proseguire oltre i primi tre mesi, è attiva la **campagna di raccolta fondi** su produzionidalbasso.com. Le donazioni effettuate sulla piattaforma consentiranno di sostenere il lavoro delle psicologhe e degli psicologi coinvolti e le spese di mantenimento dell'applicazione.

Per maggiori informazioni

Ufficio stampa Università di Milano-Bicocca

Maria Antonietta Izzinosa 3386940206

Veronica D'Uva 3351685364

ufficio.stampa@unimib.it