



## ALCUNE STORIE DI #RIPRENDIAMOCIPERMANO

### **L'infermiera del Pronto Soccorso:**

B. lavora come infermiera in Pronto Soccorso presso un ospedale pubblico. Contatta il servizio di accoglienza per chiedere un sostegno psicologico a causa della situazione di alto stress che sta vivendo al lavoro a seguito della pandemia da Covid-19.

Durante i colloqui, infatti, è emerso il livello elevato di stress a cui sono sottoposti gli operatori del Pronto Soccorso, sia in condizioni ordinarie, sia in condizioni di emergenza Covid-19.

Nello specifico, sono sottoposti a stress correlato alla carenza di personale e di conseguenza alla gestione delle attese dei pazienti, che spesso manifestano episodi di aggressività verbale nei confronti del personale.

Attualmente, sperimentano anche un vissuto di "abbandono" da parte delle Istituzioni, in quanto permangono le problematiche antecedenti all'emergenza COVID, ossia la carenza di personale con conseguente impossibilità di godere di qualche giorno di ferie, al bisogno.

Durante i colloqui sono emersi aspetti controllanti in merito all'alimentazione e all'esercizio dell'attività fisica, che si riattivano in periodi di forte stress. L'intervento psicologico è volto a promuovere strategie di gestione dello stress lavoro correlato, nonché di attività volte al defaticamento psico-fisico. Durante gli incontri si è riflettuto sullo spazio psicologico e temporale destinato alle relazioni sociali e alla possibilità di pianificare del tempo per dedicarsi ai propri bisogni, creando un luogo mentale per riconoscere ed ascoltare le proprie emozioni ed i propri bisogni, al fine di manifestarli e di prevenire esplosioni di rabbia che spesso conducono all'utilizzo del cibo in modalità consolatoria.



### **La perdita della Famiglia:**

R. è un uomo di 48 anni che ha perso sua madre, suo padre e suo fratello a causa del Covid-19. Tre lutti importanti subiti nell'arco di neanche un mese. Ci chiede aiuto sia psicoterapeutico che legale. Riporta un vissuto di profonda tristezza, un dolore molto forte caratterizzato anche da sentimenti di colpa nei confronti della situazione. Pensa che forse avrebbe potuto fare qualcosa in più per salvarli, soprattutto nei confronti del fratello. Non ha potuto neanche organizzare i funerali alla sua famiglia poiché anche lui all'epoca risultava positivo al Covid. Prova dei sentimenti di rabbia e di tristezza a causa di vari aspetti della situazione vissuta che a suo parere dovevano essere gestiti in modo diverso. E' molto preoccupato anche per la sorella la quale si occupava dei genitori e del fratello e che attualmente passa le giornate a piangere. Si sente tutto sulle sue spalle. Grazie al percorso terapeutico R. sta iniziando ad elaborare i lutti, a contrastare i sensi di colpa e a concentrarsi anche su una progettualità futura per riconquistare una nuova serenità.

### **Il diritto del lavoro:**

Veniamo contattati da una donna che richiede il sostegno dei nostri legali. Ci racconta che fa la badante a Venezia e che ogni tre mesi di lavoro, da anni, i datori di lavoro la fanno tornare a casa, in Albania, per poi richiamarla dopo poco. Lavoro in nero, senza permesso di soggiorno.

Con le chiusure dovute all'emergenza sanitaria la ragazza non faceva ritorno in Albania dall'inizio del nuovo anno. Preoccupata di non poter fare rientro nel suo paese d'origine per poi ritornare in Italia, ha chiesto aiuto a #riprendiamocipermano tramite facebook.

Nei giorni successivi sono susseguite numerose telefonate durante le quali l'avvocato le spiega che, con il Decreto Rilancio, i suoi datori di lavoro hanno la possibilità di regolarizzare la sua posizione.

Il decreto prevede infatti che il datore di lavoro si autodenunci e, a fronte del pagamento di una sanzione pari a € 400,00, possa assumere con regolare contratto il lavoratore straniero, automaticamente d'ufficio si darà corso alla pratica per il permesso di soggiorno per lavoro subordinato. La finestra temporale prevista



dal decreto per la regolarizzazione dei lavoratori stagionali, badanti, colf, etc. si chiuderà il prossimo 15 luglio 2020, salvo proroghe.

Con il passare dei giorni la ragazza si preoccupa di non aver firmato ancora nessun contratto, i suoi datori di lavoro la rassicurano però di aver presentato tutto il necessario. Lei non si fida e cerca rassicurazioni dall'avvocato sull'iter. Dovrà pure firmare qualcosa, le dovranno dare qualcosa in mano: questi sono alcuni dei suoi dubbi. L'avvocato la rassicura che deve firmare il contratto di lavoro e sollecitare il suo datore di lavoro.

La mattina del 7 luglio 2020 la ragazza contatta l'avvocato con la voce più distesa del solito: ha firmato un regolare contratto di lavoro, per il minimo delle ore previste, ma comunque sufficiente per far partire la domanda di regolarizzazione per il permesso di soggiorno per motivi di lavoro.

Soddisfatta, si congeda, ringraziando per l'aiuto e il supporto.

### **La solitudine durante il lockdown:**

Ci contatta una signora di 70 anni dopo aver ascoltato un'intervista alla Radio. La signora sente il bisogno di un supporto psicologico.

E' rimasta vedova a febbraio del 2020, poco prima del lockdown, e adesso sta sentendo tutto il peso di questo lutto, come se lo avesse sospeso in questi mesi di quarantena.

Dopo i primi minuti di colloquio, però, la signora inizia a raccontare tante altre esperienze che l'hanno segnata nel corso degli anni, prima fra tutte un episodio di violenza sessuale subito a 21 anni, e mai affrontato con uno psicologo, per il quale la signora prova forti sensi di colpa, come se avesse avuto una responsabilità in quanto accaduto.

Nel raccontare la sua storia familiare emerge come la signora non abbia avuto buoni rapporti con i suoi fratelli, 2 femmine e 1 maschio, e che i suoi genitori si siano dedicati molto al lavoro, e molto poco alla relazione con i loro figli.



La signora manifesta un forte senso di solitudine, che ha radici molto più antiche rispetto al lutto recente, ma che con esso si è molto intensificato. Inoltre, sente di non aver mai concluso niente di importante nella sua vita, ad esempio l'università, o il matrimonio con la persona che amava, che non è mai stato celebrato.

Infine, emerge una bassa autostima e una difficoltà a cogliere le proprie risorse interne, la signora si sente schiacciata dal confronto con una sorella molto più brillante di lei, o almeno così percepita. La situazione del lockdown le ha fatto quindi risalire alla mente tante cose irrisolte ed ha provato un forte senso di solitudine.

#### **Ansia e Covid:**

Ci contatta una ragazza italiana di 27 anni che sta effettuando un dottorato di Ricerca a Cadice in Spagna. G. chiama per poter usufruire dei colloqui psicologi gratuiti poiché da diversi mesi soffre di ansia legata al Covid. G. è una ragazza brillante dal punto di vista professionale si occupa di traduzioni dal greco antico all'arabo. In passato ha effettuato per circa 2 mesi un percorso di sostegno psicologico presso il consultorio di Napoli, quando viveva lì lo scorso anno. Racconta che oltre l'ansia ha altre difficoltà. Si descrive come una ragazza insicura e associa questa caratteristica a ciò che le è accaduto all'età di 14 anni, quando il padre scompare.

Viene effettuato un lavoro di supporto inizialmente in cui è possibile far emergere che la paura di essere contagiata da una parte la limita molto dal punto di vista sociale ma dall'altra sembra che la paura più grande sia quella di rimanere sola. Dunque, attraverso il suo comportamento, mette alla prova l'affetto degli amici e avvicina attraverso telefonate, che durano anche ore, la madre e la sorella.

In alcune occasioni G. racconta le dinamiche che avvengono a casa con le coinquiline, della scarsa responsabilità che adottano e dei comportamenti a rischio Covid che agiscono. Questi comportamenti le scaturiscono un profondo stato ansioso che piano piano sta imparando a gestire.

#### **Crisi di coppia:**

La sig.ra F. accede al progetto #riprendiamocipermano per effettuare colloqui di sostegno psicologico di coppia. La sig.ra ha una figlia avuta da un precedente matrimonio e vive con il suo compagno M.. Quest'ultimo è premuroso nei confronti della figlia e fino a qualche mese fa lo era anche con lei. Nel periodo



del primo lockdown stare maggiormente insieme ha messo in crisi la coppia poiché F. e M. hanno avuto continui litigi, tanto che F. mette in discussione la relazione stessa.

I colloqui hanno avuto lo scopo di ampliare la comunicazione di coppia, dando prima di tutto ad entrambi uno spazio in cui poter far emergere i propri bisogni individuali e di coppia. Emerge dunque una modalità di M. di evitare le preoccupazioni e le cose negative, mentre F. ha spesso bisogno di sentirsi vista e al centro dell'attenzione di M., aspetto questo legato al suo vissuto di figlia. Emerge allo stesso tempo la capacità della coppia di guardare nella stessa direzione. M. si dimostra fermo rispetto alla relazione e "punta i piedi" sia per tenere salda la relazione sia per rappresentare a F. i suoi bisogni. Durante il percorso la coppia riesce a superare la crisi che si era manifestata durante il lockdown.