

UN DRINK E PASSA TUTTO

Luci soffuse, cocktail e condivisione. Sono gli ingredienti di una formula che ha già fatto scuola: la serata al bar con lo psicologo. «Riscuote successo perché permette alla gente di sentirsi coinvolta, anche proponendo le proprie storie personali», dice Carlo Cerracchio, presidente dell'Aipep, l'Associazione italiana psicologia e psicoterapia onlus, tra le prime a proporre le psicoconferenze (il ciclo di incontri dello Psicopub, a Roma, si tiene ogni anno, il prossimo partirà nel 2013). Dopo aver toccato le grandi città - a Milano ha funzionato bene l'Aperitologo, l'happy hour con pronto soccorso psicologico, organizzato l'anno scorso da Unconventional gens - il fenomeno interessa anche le province. A Monfalcone e Gorizia, per esempio, l'associazione Psicheducando ha organizzato l'"Aperitivo con lo psicologo" nei mesi di ottobre e novembre. Tra i temi degli incontri: autostima, disturbi d'ansia e motivazioni cosce e inconscie nella scelta del partner (della serie, ma perché ci si ostina a scegliere l'uomo sbagliato?).

VENDESI FELICITÀ

L'obiettivo comune a tutte queste iniziative è arrivare in modo diretto a chi ha bisogno di supporto. Seguendo questa idea, l'Aipep ha ampliato le sue offerte: prima un numero telefonico, poi una web radio (Psicologiaradio.it). «Ora stiamo progettando nuovi spazi d'informazione e confronto, magari in luoghi accessibili come librerie e istituzioni culturali», rivela Cerracchio.

A Milano, invece, un gruppo di giovani psicologi ha creato uno sportello all'interno del centro commerciale Coop di via Arona. «Volevamo avvicinarci alle persone in altro modo, magari anche a quelle che non si presenterebbero alla porta di uno studio, e ha funzionato», racconta Matteo Sioli. Trovarli è facile: la scritta "L'Esperto risponde" campeggia sulla vetrina, non lontano dalle casse, dove i clienti vanno con i carrelli. Si entra per chiedere appuntamento e, se uno degli esperti è libero, si può iniziare subito. Dopo una fase di inquadramento del problema (due-tre colloqui), vengono proposti dei pacchetti in base alle necessità del paziente.

**IN ITALIA
LE SEDUTE
ONLINE SONO
ANCORA
VIETATE**

CI VEDIAMO IN FARMACIA

Non soltanto sciroppi per la tosse, in farmacia si va anche per consulenze psicologiche. Succede a Torino e provincia: quattro ore gratuite a settimana, tre sedute al massimo, solo su prenotazione. Se funzionerà, il servizio verrà esteso, come è accaduto a Roma, dove è in corso per il terzo anno consecutivo. L'ottica è quella della prevenzione e, come sostiene l'Ordine degli psicologi del Lazio, adesso è il momento di aprire nuovi orizzonti professionali alla categoria. All'Università Sapienza, per esempio, è appena partito un corso per psicologi che formeranno gli istruttori delle scuole guida perché individuino i comportamenti a rischio dei neo-patentati.

FREUD È IN CHAT

Il Servizio italiano di psicologia online (www.psicologi-online.it) adesso fornisce uno sportello di ascolto su Facebook: la chat è gratuita e attiva ogni martedì e giovedì sera. «Non ha obiettivo curativo, serve per orientare e, nel caso, dare riferimenti diretti sul territorio», spiega Davide Algeri, uno dei professionisti del sito (tutti iscritti all'albo). La psicoterapia digitale è vietata in Italia, ma si possono richiedere consulenze via webcam, collegandosi tramite Skype (da settembre, il primo colloquio è gratuito). I vantaggi? Superare la barriera del primo approccio e potersi raccontare senza muoversi di casa. I dati raccolti nell'ultimo anno mostrano che i problemi più trattati nelle "telesedute" sono ansia e difficoltà relazionali, mentre l'età di chi accede a questo servizio è relativamente bassa, tra i 18 e i 40 anni. «La psicologia deve sperimentare e imparare a parlare lo stesso linguaggio dei nativi digitali», dice Algeri. E i nuovi comportamenti, come il "Facebook stalking", il controllo continuo di quel che fa l'ex, tramite i suoi aggiornamenti sul social network. Un'ossessione che rende più difficile superare il trauma della fine di una storia. In questi casi, meglio uscire di casa. Se proprio avete bisogno di parlare con qualcuno, provate a cercare uno psicoaperitivo nei dintorni.