

Occuparsi di benessere psicologico e salute mentale in queste fasi comporta l'esigenza di un sistematico esercizio del pensiero riflessivo sui rapporti tra trasformazione sociale e fragilità individuali. È necessario muoversi con cautela tra due tensioni opposte, la prima relativa al rischio di sotto-riconoscimento della diffusione delle condizioni di malessere e dei problemi mentali, la seconda relativa a un rischio di medicalizzazione dei problemi e dei disagi della vita quotidiana. Occorre riconoscere che le storie di vita personale si inscrivono entro fattori di ordine culturale e sociale che rischiano di creare incertezza, marginalità ed esclusione.

Il presente progetto si colloca in un piano integrato dell'Ateneo Federico II per la promozione del benessere accademico e si delinea come un programma strategico che intende muoversi ai diversi livelli del problema, adottando uno sguardo binoculare accorto tanto al bisogno del singolo studente e della sua storia, quanto alla qualità delle relazioni con il contesto e al benessere della comunità accademica e al contesto sociale più ampio entro cui la popolazione studentesca è inserita

2. PRESENTAZIONE DEI SERVIZI PER L'INCLUSIONE DELL'ATENEO FEDERICO II

Un Ateneo raggiunge meglio i propri obiettivi formativi e istituzionali quando pone al centro dei propri programmi e delle proprie attività lo studente, primario portatore di interessi e snodo vitale delle funzioni sociali dell'università. Mettere al centro lo studente significa programmare interventi e servizi in ragione delle sue esperienze: è necessario che la didattica sia centrata sullo studente, la ricerca sia volta a sviluppare la società che potrà abitare e i servizi siano mirati a sostenere il suo processo di adattamento e il suo sviluppo professionale e umano.

La popolazione studentesca della Federico II è composta da circa 80.000 studenti, l'Ateneo è impegnato a curare il rapporto tra qualità della formazione e benessere dello studente attraverso un'articolata offerta di servizi universitari: supporti finanziari, servizi di supporto alla didattica, servizi di orientamento con programmi di tutoring e mentoring, servizi culturali e ricreativi, servizi per la disabilità e la promozione dell'inclusione universitaria.

Il Centro di Ateneo SInAPSi

In ragione di questo ultimo obiettivo, dal 2009 l'Ateneo ha istituito il *Centro di Servizi SInAPSi per promuovere l'inclusione attiva e partecipata di tutti gli studenti universitari*.

Il centro ha una sua autonomia finanziaria e decisionale e l'assetto attuale prevede quattro sezioni che offrono servizi in cinque distinti ambiti di intervento: a) Servizi per la Disabilità, b) Servizi per i Disturbi Specifici dell'Apprendimento, c) Servizi di Counselling psicologico e per il Successo Formativo, d) Servizi di Antidiscriminazione e Cultura delle Differenze, e) Servizi per la Promozione dell'Occupabilità.

Chiamato ad affrontare problematiche estremamente varie di disagio ed esclusione, il *Centro* guarda all'individuo nella sua interezza e complessità e pone in essere azioni mirate avvalendosi di competenze nelle aree della psicologia, della pedagogia e della bioingegneria.

I temi connessi alla promozione del benessere psicologico e alla tutela della salute mentale attraversano in maniera trasversale tutte le sezioni di SInAPSi, ma essi costituiscono un obiettivo specifico della sezione per il Counselling Psicologico e per il Successo Formativo.

I Servizi della sezione per il Counselling Psicologico e per il Successo Formativo

I Servizi della sezione di SInAPSi per il Counselling Psicologico e il Successo Formativo nascono con l'obiettivo di sostenere gli studenti e le studentesse durante le diverse fasi del percorso di studio e di favorire la partecipazione attiva alla vita universitaria.

La sezione offre a tutta la platea studentesca, di ogni ciclo di studi, un'articolata gamma di servizi per la promozione del benessere e per il supporto psicologico.

Promozione del benessere

I servizi per la promozione del benessere prevedono l'offerta continuativa nel corso dell'anno di attività svolte in gruppo quali *workshop tematici, percorsi di promozione delle competenze di self management, percorsi di accoglienza e accompagnamento delle matricole*. Lungo questa traiettoria dell'intervento, il focus è posto sullo sviluppo delle risorse psichiche necessarie a promuovere l'adattamento al contesto universitario. La proposta delle attività è in continua trasformazione e si modifica in modo flessibile in ragione delle domande degli studenti.

Il Counselling Psicologico di Ateneo

Per quanto riguarda i servizi di supporto psicologico,

- dal 1999 è attivo il servizio di *Counselling Psicologico individuale per Studenti Universitari (CPSU)*,
- dal 2011 il servizio di *Counselling di gruppo (IAI)*
- dal 2021 il servizio di *Counselling per studenti internazionali in lingua inglese*.

Con il termine Counselling universitario si fa riferimento a un dispositivo di consultazione o consulenza agli studenti che stanno affrontando impegnativi compiti di sviluppo, criticità transizionali e difficoltà di adattamento. Tali problemi, se non affrontati precocemente e in modo appropriato, possono tradursi in un peggioramento delle condizioni di vita con esiti indesiderati come ritardi, abbandoni e differenti forme di insoddisfazione, malessere e disagio psicosociale.

Il servizio di counselling è parte dei servizi di supporto (AVA) per gli studenti, offerti gratuitamente dall'Ateneo. Il Counselling costituisce una funzione professionale psicologica ben distinta da generiche sostegni relazionali informali e si caratterizza per alcuni parametri distintivi: si svolge secondo principi di rispetto dei valori, delle risorse personali e delle capacità di autodeterminazione dello studente.

Obiettivo principale del Counselling è migliorare il benessere, prevenire e alleviare il disagio e il disadattamento, risolvere situazioni di crisi, facilitare il funzionamento personale e la relazione con il contesto universitario.

Il servizio di Counselling Psicologico Individuale (CPSU) del centro SInAPSi prevede attualmente un ciclo di 4 incontri, condotti con uno psicologo psicoterapeuta, di cui gli studenti e le studentesse possono fare richiesta, in qualsiasi periodo dell'anno accademico, con la possibilità di richiedere anche un ciclo di follow up. La rilevazione sistematica del gradimento del servizio indica tassi di soddisfazione pari al 85% e un drop out non superiore al 10%.

Il servizio di Counseling di Gruppo Imparare a Imparare (IAI) del centro SInAPSi prevede un ciclo di 9 incontri, in piccolo gruppo, a cadenza settimanale, condotti da uno psicologo clinico, di cui gli studenti e le studentesse possono fare richiesta tra ottobre e maggio dell'anno accademico. La rilevazione sistematica del gradimento del servizio indica tassi di soddisfazione pari al 80% con un tasso di drop out pari al 20%.

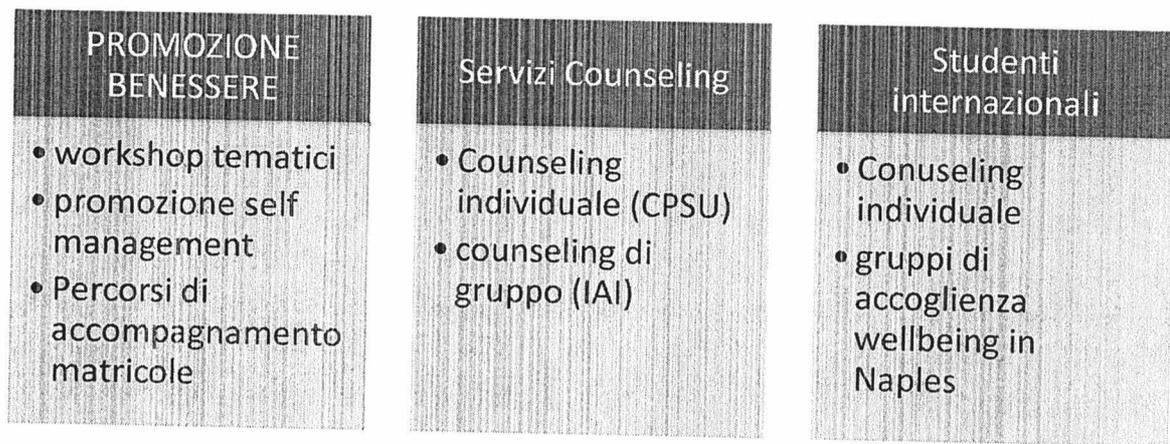
Le motivazioni che orientano le richieste di consultazione psicologica sono varie: condizioni di stress di diversa intensità, preoccupazioni personali, sofferenza psicologica, dubbi sulla scelta universitaria, problemi relazionali e di esclusione sociale, difficoltà a gestire le proprie emozioni. Nel caso del counselling di gruppo le motivazioni riguardano prevalentemente sentimenti di insoddisfazione per il proprio rendimento accademico.

Il counseling si rivela uno strumento utile in tutti quei casi in cui sia necessario offrire supporto nei momenti di crisi, orientare alla soluzione di problemi e favorire un processo decisionale.

Accanto a tale funzione, in alcuni casi, il percorso di counselling, promuove un'assunzione di consapevolezza di una condizione di disagio psicologico più strutturato e si fa promotore di una domanda di sostegno e/o di psicoterapia.

Infine, in una ridotta, ma significativa, percentuale di casi il servizio di counselling, assume la funzione di un presidio di primo livello che raccoglie sofferenze psicologiche gravi e condizioni di esordio psicopatologico che possono richiedere una tempestiva consultazione psichiatrica e una presa in carico multidimensionale. In queste situazioni il counselling assume la significativa funzione di assunzione di consapevolezza del disturbo e di orientamento dello studente rispetto alla necessità di prendersene cura.

Se nella prima tipologia di situazioni il servizio di counselling psicologico rappresenta una risposta utile quanto sufficiente, nelle altre due condizioni l'utilità del servizio richiede di essere valorizzata e completata attraverso la proposta di interventi a maggiore intensità e la creazione di una rete di servizi in connessione tra loro.



Verso il network

È sicuramente necessario potenziare i servizi rivolti a questa fascia della popolazione, articolando la risposta professionale lungo traiettorie della promozione della salute, del counselling e del sostegno psicologico, anche interne al contesto universitario, in grado di promuovere risorse e di offrire sostegno nei momenti critici. Tuttavia, è anche fondamentale consolidare una rete progettuale con i servizi territoriali che permetta un percorso integrato, sia verso una presa in carico psicoterapeutica, sia verso una consultazione psichiatrica e/o una presa in carico multiprofessionale nel contesto sanitario nelle condizioni in cui essa si rende necessaria.

L'identificazione di un network integrato di servizi e professionisti rivolto a questa fascia della popolazione può facilitare la programmazione, ove necessario, di un percorso di presa in carico personalizzato, accompagnato dai professionisti del contesto accademico, centrato sui bisogni degli studenti e delle studentesse, attento agli aspetti relazionali, e anche fondato su un uso razionale delle risorse sanitarie.

3. IL NETWORK ALLEANZA

Il servizio di Counselling psicologico accademico funziona attualmente come un importante punto di riferimento per i bisogni di salute psicologica della popolazione studentesca. Esso si qualifica come un servizio di prossimità, facilmente accessibile, e si assiste a una crescita progressiva della domanda psicologica a esso rivolta, sia da parte degli studenti italiani che da parte della popolazione degli studenti internazionali.

Le caratteristiche della domanda di aiuto a esso rivolta aprono a questioni cliniche complesse che non possono trovare integrazione in un'unica tipologia di servizio, ma richiedono l'organizzazione di diverse traiettorie dell'intervento psicologico e della collaborazione tra professionalità e servizi.

Alla luce di tali premesse, si propone la costituzione di un network di esperti e servizi che lavori in rete, in coordinamento tra università, con SInAPSi, l'Azienda Ospedaliera Policlinico Universitaria e servizi di Salute Mentale delle ASL NA (1, 2 o 3), in grado di garantire una risposta articolata al bisogno di salute psicologica e di tutela della salute mentale degli studenti e delle studentesse.

Il network, attraverso la sua maglia a rete, fatta di punti di snodo e di possibili traiettorie interne ed esterne al contesto accademico, permette di programmare percorsi diversificati di promozione della salute e presa in carico della sofferenza mentale centrati sullo studente, continuativi e integrati.

La condivisione tra i professionisti del network delle funzioni assunte dai diversi servizi implicati e delle possibili traiettorie del percorso di accoglienza del disagio, è in grado di facilitare le diverse domande di salute degli studenti e delle studentesse, così come la collaborazione tra i vari professionisti implicati.

Gli obiettivi generali del network sono:

- Potenziamento dei servizi di promozione del benessere psicologico, di prevenzione e cura della salute mentale degli studenti e delle studentesse;
- Migliorare la capacità di riconoscimento di un bisogno di salute mentale, ridurre la paura dello stigma e facilitare l'accesso, ove indicato, degli studenti e delle studentesse alle cure psicologiche e ai servizi territoriali;
- Sperimentare un modello di intervento di rete in grado di coniugare una logica *stepped care*, ovvero l'implementazione di programmi di intervento di diversa intensità e graduati in ragione dell'entità del bisogno di salute, con una logica di *collaborative care*, fondata sulla co-progettazione e sulla integrazione tra contesti non sanitari (università) e contesti sanitari (Policlinico, ASL).
- Realizzazione di un *programma in rete di terapie psicologiche*, per il trattamento di condizioni che richiedono una presa in carico psicologica (anche in riferimento ai cosiddetti Disturbi Emotivi Comuni), che sia in grado di contribuire alla necessaria riduzione del gap tra offerta pubblica di cure psicologiche e domanda per questa fascia della popolazione;
- Conduzione di un'attività di monitoraggio dei trattamenti, evidenziarne gli esiti secondo criteri scientificamente definiti, nonché di rilevare gli impatti economici e sociali generati dall'intervento di rete.

Gli obiettivi specifici del network sono:

- In ragione della logica *stepped care*, il network prevedere l'organizzazione degli interventi lungo livelli di diversa intensità di trattamento, secondo un modello personalizzato, multidimensionale, distribuito tra i diversi enti in rete, graduato in ragione dell'assessment del bisogno dello studente: interventi di promozione della salute psicologica, counselling psicologico, programma di terapie psicologiche (interventi di sostegno e psicoterapie), consulenza psichiatrica e presa in carico sanitaria multiprofessionale;

