

## **SPORTELLO HELP – ASCOLTO E CONSULENZA PSICOLOGICA SCOLASTICA**

Lo Sportello HELP - Ascolto e Consulenza psicologica scolastica offre a tutti gli studenti dell'Istituto "G. Maggiolini" – Istituto Tecnico Economico e Tecnologico di Parabiago (MI), ai loro genitori, ai docenti della scuola e al personale scolastico un **percorso di supporto psicologico specifico per l'emergenza sanitaria Covid-19.**

Il periodo prolungato di **isolamento dalla vita sociale**, lo stare **soli** a casa o convivere forzatamente con qualcuno senza avere spazi o momenti per sé, l'**incertezza** rispetto al futuro, la **preoccupazione** per la salute nostra o dei nostri cari, i **lutti**... sono tutti elementi che possono mettere a dura prova qualsiasi persona.

L'obiettivo è quello di affrontare questo periodo complesso condividendo la propria esperienza con una professionista e acquisendo strategie utili a gestire lo stress ed i cambiamenti in atto.

### **Cosa è lo sportello HELP?**

Lo sportello di ascolto psicologico è uno spazio all'interno della scuola dove gli studenti, i docenti, i genitori e il personale scolastico possono parlare con la psicologa per confrontarsi su problemi relativi all'emergenza sanitaria Covid-19.

### **Chi può accedere allo sportello HELP?**

Tutti gli studenti dell'Istituto "G. Maggiolini" – Istituto Tecnico Economico e Tecnologico di Parabiago (MI), i loro genitori, i docenti della scuola e il personale scolastico.

### **Come si può accedere allo sportello?**

Si può accedere inviando una richiesta tramite e-mail al seguente indirizzo: [daniela.zacchi@itetmaggiolini.edu.it](mailto:daniela.zacchi@itetmaggiolini.edu.it)

Sarete ricontattati dalla psicologa, con la quale fisserete un primo incontro individuale.

### **Di cosa posso parlare allo sportello HELP?**

Di qualunque argomento ti stia a cuore: l'emergenza Covid-19 sta mettendo a dura prova la tenuta psicologica delle persone alle prese con una situazione inedita nella sua drammaticità. Il timore del contagio, le misure di isolamento, tanto indispensabili sul piano sanitario, quanto difficili su quello umano, la solitudine, i lutti, le incertezze economiche: tutti elementi che possono far nascere attacchi di ansia, stress, paure, disagio.

### **Qual è l'obiettivo dello sportello psicologico a scuola?**

L'obiettivo è fornire rassicurazioni e suggerimenti, aiutare ad attenuare l'ansia davanti ad una quotidianità travolta dall'arrivo dell'epidemia.

### **Non voglio che altri sappiano cosa dico allo sportello**

Lo sportello d'ascolto è gestito da una psicologa che come tale garantisce il segreto professionale nel rispetto del Codice Deontologico degli Psicologi Italiani (Art. 11).

### **Il servizio allo sportello è gratuito?**

Sì, è un servizio offerto dalla scuola.

### **Da chi è gestito lo sportello HELP?**

Dott.ssa Daniela Zacchi, psicologa dell'età evolutiva.