

MVSCUOLA

In collaborazione con:



FONDAZIONE
FRIULI

I testi vanno inviati all'indirizzo scuola@messaggeroveneto.it
Per ulteriori informazioni è possibile telefonare
al seguente numero: 3396466545

A UDINE

Un punto di riferimento per chi cerca un aiuto

Isabel Baldassi

LICEO PERCOTO UDINE

Nato nel 1978 per sostenere le famiglie, il Consultorio Familiare Udinese, con sede in viale XXIII Marzo 1844, è un punto di riferimento per chi cerca aiuto psicologico, sanitario o legale in un ambiente accogliente e privo di pregiudizi. Il consultorio si distingue per il suo approccio laico e inclusivo, ponendo al centro il valore della persona e il suo diritto a una vita più serena. L'accesso ai servizi è garantito a soci ed utenti esterni. Associarsi costa 25 euro l'anno, con iscrizione gratuita per chi ha un reddito familiare inferiore a 9 mila euro. Chi non si associa può usufruire dei servizi pagando una tariffa per ogni prestazione. Uno dei servizi più richiesti è il supporto psicologico, rivolto a bambini, adolescenti e adulti. Per i più piccoli e i loro genitori, il Consultorio offre percorsi



ve, problemi di attaccamento, disturbi del sonno e dell'alimentazione. Per gli adolescenti (11-18 anni), il sostegno psicologico aiuta ad affrontare le sfide della crescita, mentre per gli adulti sono previsti percorsi individuali o di coppia per superare crisi, stress o difficoltà relazionali. Un'attenzione particolare è riservata ai giovani adulti (20-35 anni) con il progetto "Esserci in gruppo", un percorso di supporto collettivo per affrontare cambiamenti e incertezze tipiche di questa fascia d'età. Il Consultorio offre anche un servizio ginecologico che accompagna la donna lungo tutto il ciclo della vita: visite di controllo, ecografie, consulenze contraccettive e supporto alla gravidanza sono solo alcuni dei servizi disponibili. Il benessere della terza età è un altro pilastro del Consultorio: un servizio dedicato, aiuta gli anziani a gestire la salute e l'accesso alle cure, mentre ai familiari vengono forniti strumenti di supporto per affrontare il peso emotivo dell'accudimento. Oltre al supporto psicologico e sanitario, il Consultorio offre consulenza legale gratuita, con focus sui diritti della persona e della famiglia. Separazioni, affidamenti, successioni e tutela delle persone vulnerabili sono solo alcune delle problematiche trattate. Particolare attenzione è dedicata ai casi di violenza domestica e di genere, con un servizio di ascolto e orientamento per chi è in difficoltà. Ciò che distingue il Consultorio Udinese è la capacità di offrire un aiuto globale, grazie alla collaborazione tra psicologi, medici, nutrizionisti e avvocati. Per contattare il consultorio telefonando al 0432 509248, e-mail info@consultorioudinese.it.

Un antidoto contro le ansie

L'incontro con Lorenzo Rizzi, psicologo e psicoterapeuta, presidente del Consultorio udinese

L'INTERVISTA

Giulia Tomat
LICEO STELLINI UDINE

Volti emozionati, mani alzate per porre domande e un'evidente voglia di chiacchierare. Questo avrebbe visto chiunque fosse entrato nella redazione del Messaggero Veneto Scuola il 27 gennaio. In questa data infatti i ragazzi hanno intervistato Lorenzo Rizzi - libero professionista nonché psicologo e psicoterapeuta presso il Consultorio di Udine - discutendo di fragilità, famiglie, rapporto genitori-figli e relazioni interpersonali.

Partiamo da un argomento molto dibattuto negli ultimi anni: le fragilità psicologiche stanno realmente aumentando?

«Da un certo punto di vista sì. Le richieste di consulenza

sono aumentate, in particolare dopo il Covid e grazie ai social media che negli ultimi anni hanno puntato l'attenzione sul benessere emotivo. Io però credo che ci saremmo arrivati comunque. Tutti i report pubblicati negli ultimi anni dicono che la salute mentale sta degenerando. È aumentata la sensibilità comune rispetto a certe problematiche e si fa molta più attenzione a tutta una serie di cose a cui una volta non si faceva caso. C'è una delicatezza maggiore in giro, per cui le persone si sentono facilmente umiliate o incomprese e percepiscono la necessità di lavorare su sé stesse».

E per quanto riguarda gli adolescenti?

«Uno dei disturbi, ma non è l'unico, che è cresciuto recentemente è quello alimentare. E noi psicologi crediamo che questo avvenga perché tanti ragazzi si trovano con una grandissima difficoltà di dialo-

go e nessuno che raccolga le loro richieste d'aiuto, per cui il corpo diventa veicolo dello stato d'animo. La fascia più rappresentativa della nostra utenza in Consultorio sono effettivamente i giovani, molti accompagnati dai genitori. Questo accade in particolare perché le generazioni attuali vivono una vita che è notevolmente diversa, e quindi non facilmente comprensibile da parte della generazione precedente. La società influenza moltissimo la formazione dell'identità individuale e la nostra è sempre più strutturata in una maniera talmente rigida e rigorosa che fa perdere umanità e spontaneità nei rapporti».

Approfondiamo la relazione genitori-figli...

«Nel mio lavoro, è importante considerare che, per quanto valgano le teorie che noi abbiamo sul funzionamento delle famiglie, poi ogni individuo è a

sé stante, la sofferenza non è mai universale e non si può generalizzare. Detto questo, bisogna però riconoscere che ormai sono frequentissimi i casi di genitori assenti perché il lavoro non gli concede di stare a casa quanto vorrebbero, e questo è già sufficiente per creare incomprensioni. C'è poca solidarietà, poca possibilità di costruire un nucleo veramente coeso e ciò pesa molto, soprattutto sui ragazzi e i bambini. Si può stimare che la stabilità delle famiglie sia entrata in crisi nel momento in cui queste non si sono più costituite per necessità o alleanze. Le coppie adesso esistono e resistono solo sulla base del sentimento d'amore che è una cosa molto più volatile e impegnativa da mantenere».

Cerchiamo di concludere con una nota positiva, avrebbe dei consigli per chi si sente in difficoltà, soffre di ansie o altre problematiche?

«Per fare un discorso generale, direi che per i ragazzi di adesso è importante provare e sbagliare. Un buon antidoto alle tante ansie contemporanee è fare esperienze, per imparare che commettere errori non è la fine del mondo, ma semplicemente un modo per imparare e migliorarsi. Inoltre, credo fermamente che, se soltanto ci fossero degli spazi per discutere di quello che i ragazzi pensano, anche rispetto a tutte le cose che imparano, forse diminuirebbero i disagi sociali e psicologici e aumenterebbe la capacità di empatia, di comprendere l'altro e discutere apertamente. Concludo con una provocazione: critichiamo gli adolescenti perché passano troppo tempo sui social, ma quali alternative gli stiamo offrendo per conquistare autonomia, quanti luoghi di ritrovo e socializzazione sono rimasti per i ragazzi?».