



ORDINE AVVOCATI DI MILANO

PROGETTO DI SUPPORTO PSICOLOGICO

Il programma formativo e di supporto psicologico ha come obiettivo portare il professionista che si confronta con varie esperienze sul campo nello svolgimento della professione di avvocato, all'autoprotezione e self-care, favorendo i fattori di decompressione e la resilienza.

Per un principio empatico, le situazioni relazionali complesse a cui sono esposti necessitano di un valido sistema di prevenzione delle reazioni da stress conseguenti a tale esposizione.

Fare degli incontri su questi temi permetterà inoltre di apprendere strategie funzionali di fronteggiamento (coping) e di favorire la resilienza, attraverso delle strategie per la gestione di questo tipo di stress .

Il progetto che l'associazione EMDR propone si articola nel seguente modo:

1. Moduli Formativi (2 incontri di 3 ore ciascuno):

A- Stress e benessere emotivo nel contesto lavorativo in situazioni complesse

- Esperienze e risposte di stress nello svolgimento della professione
- Il benessere in ambito lavorativo: la mente come alleata
- Strategie di prevenzione e di auto-monitoraggio

B - Comunicazione in contesti stressanti e complessi

- Strategie e tecniche di comunicazione
- La traumatizzazione vicaria
- Esercitazione pratica sulle varie modalità di trasmissione di Bad News a seconda delle situazioni a cui i professionisti possono essere esposti (violenza domestica, omicidi, infanticidi, ecc.).



2. Sportello di supporto psicologico per situazioni stressanti legate ad aspetti lavorativi, personali o familiari che possono creare disagio, ansia o altre difficoltà. Si possono mettere a disposizione dei brevi cicli di sedute per affrontare questi temi.

L'Ordine degli Avvocati sosterrà il costo della prima seduta.

OBIETTIVI SPECIFICI DI TUTTO IL PROGETTO DI SUPPORTO PSICOLOGICO

- Favorire la presa di coscienza delle emozioni e delle reazioni del professionista

- Promuovere il benessere in ambito lavorativo

- Riconoscersi e saper riconoscere reazioni emotive (adeguate e disfunzionali) e permettere la normalizzazione delle reazioni funzionali

- Favorire l'autoconsapevolezza circa le proprie capacità di far fronte allo stress (coping) che le proprie aree di miglioramento

- Acquisire strumenti per la rielaborazione e la condivisione dell'esperienza in incontri strutturati

- Strutturare un corretto e sistematico modulo di intervento di supporto omogeneo per tutti, per garantire un alto livello di efficacia nelle prestazioni in contesti complessi

- Trattare eventuali problematiche e disagi a medio e lungo termine conseguenti allo stress lavorativo con uno strumento accreditato dall'OMS, come l'EMDR per il supporto a tutte le situazioni stress correlate



Associazione EMDR Italia

Dal marzo 2001, ha contribuito alla formazione di volontari e funzionari della Protezione Civile, sulle reazioni da stress nei soccorritori e strategie di gestione. La terapia EMDR da allora è stata applicata dai soci volontari dell'Associazione per dare sollievo su eventi particolarmente traumatici che creavano ancora del disagio nei soccorritori, impedendogli di funzionare in modo efficace in alcune situazioni che somigliavano l'evento, indipendentemente dagli anni che erano passati (per es. recupero del corpo di un bambino, gestione di campi profughi in Albania, ecc.). Negli ultimi 24 anni sono state numerose le richieste di supporto psicologico specialistico all'Associazione, da parte della Croce Rossa Italiana, Croce Rossa Militare, Polizia di Stato, Vigili del Fuoco di Milano, Polizie Locali (Milano, Torino, ecc.), Esercito Italiano e Arma dei Carabinieri.

Nel settembre 2001, l'Associazione è stata molto attiva nell'organizzare un intervento di supporto psicologico specialistico con la comunità americana a Milano, richiesta da loro e dall'American School of Milan. Le attività sono state rivolte agli insegnanti della scuola, fornendo linee guida e strategie per dare supporto agli allievi e ai genitori per la gestione dei comportamenti d'ansia nei minori legata agli attacchi dell'11 settembre.

Nel corso degli ultimi anni, i team di terapeuti sono stati chiamati ad intervenire in asili e scuole elementari dove si erano verificati maltrattamenti ed abusi da parte di insegnanti e/o personale scolastico. Questo ha permesso di far recuperare la normalità a molti bambini e a dare linee guida a genitori e insegnanti. Il 29 dicembre 2018, il Presidente Mattarella ha scelto l'Associazione EMDR riconoscendo l'impegno civile e il contributo che dà alla società, per l'impegno nella solidarietà nel soccorso, per l'attività in favore dell'inclusione sociale, nella cooperazione internazionale, nella tutela dei minori, nella promozione della cultura e della legalità.



L'Associazione EMDR è stata scelta per i 700 interventi umanitari fatti negli ultimi 20 anni in Italia, a cui moltissimi soci hanno partecipato, raggiungendo più di 20.000 persone in momenti acuti di traumatizzazione collettiva ed individuale.

Il 7 Dicembre 2020, il Sindaco di Milano Dott. Giuseppe Sala, ha conferito alla Dott.ssa Isabel Fernandez e all'Associazione EMDR l'Ambrogino d'Oro per il contributo dato alla città di Milano negli ultimi anni come supporto psicologico specialistico in situazioni di crisi e di emergenza, in termini umanitari.

Nell'ambito della Pandemia Covid 19 sono stati fatti più di 250 interventi umanitari, con il personale sanitario, con la popolazione in generale ed in ambito scolastico, raggiungendo così circa 5000 persone in 52 Comuni, in 25 ATS, ASST e ASL, 31 Ospedali e 22 RSA, con cui ci sono state delle collaborazioni formali.

L'Associazione EMDR Italia è coinvolta anche nel campo del bullismo, dove con la Procura della Repubblica presso il Tribunale per i Minorenni di Piemonte e Valle d'Aosta, l'ASL, la Direzione del Corpo Polizia Municipale di Torino e l'Università, fa parte del protocollo d'intesa per il supporto e rielaborazione dell'esperienza di bullismo.

Per accedere e concordare un appuntamento con uno psicoterapeuta esperto in

EMDR contattare:

Associazione EMDR Italia

0362 558879 - 3357187571 oppure per email: segreteria@emdritalia.it

www.emdr.it