

## *“Ci sono anch’io”*

### *Spazio di ascolto psicologico dedicato agli uomini*

*“Ci sono anch’io”* è uno **Spazio di ascolto psicologico dedicato agli uomini** e nasce dalla consapevolezza che il maltrattamento può essere agito e subito sia dagli uomini sia dalle donne.

Questa considerazione non toglie nulla al rispetto e alla gestione dei maltrattamenti nei confronti delle donne ma allarga lo sguardo trasversalmente a fenomeni ed esperienze vissute da quella parte di uomini che per vergogna o senso di sconfitta o per la sensazione di perdita di virilità restano sommersi nel silenzio.

La sedia di van Gogh è il simbolo del progetto “Ci sono anch’io”.

Il simbolo rappresenta la solitudine, il malessere, l’impotenza... il ‘vuoto’ ma gli oggetti che Van Gogh lascia sopra richiamano alla volontà di esserci, di essere visto.

E’ anche un invito a prendersi un momento di pausa e una riflessione.



#### **Se ti riconosci in una di queste situazioni, contatta lo Spazio di Ascolto:**

1. *“Ci sono uomini che subiscono violenza: puoi parlarne senza essere giudicato”.*
2. *“Quando sei in difficoltà non devi farcela da solo. Chiedere aiuto non è segno di debolezza ma di responsabilità”.*
3. *“Parlare è il primo modo per evitare di fare male a te stesso o agli altri”.*
4. *“La rabbia è un segnale, va ascoltata. Parlarne è un primo passo verso il cambiamento”.*
5. *“Senti di essere arrivato al limite, di non poterne più. Ti ascoltiamo”.*

#### **COME ACCEDERE AL SERVIZIO**

Il servizio multidisciplinare prevede un ciclo di incontri, in base alla valutazione iniziale, dedicato agli uomini in situazioni che non siano già in una cornice giudiziaria.

Il primo incontro sarà necessariamente in presenza.

Durante il primo incontro sarà consegnato il modulo per l’autorizzazione al trattamento dati e, se richiesta, per il teleconsulto. Il modulo di autorizzazione al trattamento dati potrà essere scaricato anche dal sito.

La modalità di accesso per il primo contatto è la seguente:

- scrivere alla casella di posta elettronica [spazioascolto.uomini@aslcitytorino.it](mailto:spazioascolto.uomini@aslcitytorino.it) indicando un numero di telefono per essere ricontattati.

Le prestazioni psicologiche saranno erogate a seguito di emissione dell'impegnativa da parte del Medico di Medicina Generale con la prescrizione di 'Colloquio psicologico clinico'.

Nel caso in cui non si sia esenti, occorre pagare il ticket.

**Cerca il progetto sul nostro sito inquadrando il Qcode**



---

Il progetto prevede, solo su richiesta, oltre alla valutazione del Servizio di Psicologia Aziendale, il sostegno da parte del Servizio Sociale Aziendale.

### **Modalità di accesso al supporto sociale**

Preso in carico su richiesta della persona durante gli incontri con il Servizio di Psicologia.

### **INTERVENTO SOCIALE**

Il progetto prevede, su richiesta dell'interessato e a seguito di valutazione del Servizio di Psicologia Aziendale, il sostegno da parte del Servizio Sociale Aziendale.

### **QUANDO IL SUPPORTO SOCIALE**

- ✚ **situazioni relazionali complesse**: dove le dinamiche con il partner creano insicurezza e destabilizzazione, innescando una spirale di rivendicazioni, svalutazioni, minacce (...); in questa situazione si può sentire minata la propria autostima con conseguenze sul proprio benessere ;
- ✚ **situazioni in cui si avverta l'impressione di subire un controllo**: anche con violazione della propria privacy; questo può provocare timore e rabbia e rischia di innescare reazioni impulsive, nel tentativo di far cessare i comportamenti intimidatori;
- ✚ **interazioni disfunzionali, in cui la propria genitorialità viene costantemente delegittimata e indebolita**: si possono creare situazioni di isolamento all'interno della propria stessa famiglia, dove il peso della conflittualità può portare ad un sovraccarico mentale e aumento della tensione emotiva;
- ✚ **alta conflittualità, dove la percezione di una marcata ostilità da parte del partner può portare ad un'estrema esasperazione delle relazioni**: in queste situazioni si può avere la sensazione di "non avere via d'uscita" e si percepiscono le interazioni come una minaccia. In presenza di queste dinamiche si generano scenari a rischio anche di agiti fisici in quanto si riduce la capacità di tollerare le frustrazioni e aumentano le risposte impulsive;
- ✚ **situazioni di violenza fisica subita**: presa in carico degli uomini vittime di violenza domestica, in analogia al percorso di protezione dedicato alle donne vittime di violenza.