

Alla cortese attenzione dei Dirigenti scolastici provincia di Foggia

Gent.mo/a Dirigente,

con la presente, il Servizio di Prevenzione e Sicurezza degli Ambienti di Lavoro (SPeSAL), interno al Dipartimenti di Prevenzione della ASL di Foggia, La informa e coglie l'occasione per presentarLe lo sportello di Ascolto psicologico sulla promozione del benessere psicologico e prevenzione del rischio stress lavoro correlato presente all'interno del servizio a disposizione dei lavoratori appartenenti al territorio della provincia di Foggia.

Lo stress di per sé non è un fattore negativo, anzi, generalmente stimola l'individuo ad attivare quelle risorse che gli permettono di raggiungere i propri obiettivi. Ma diventa negativo quando la situazione che genera stress si mantiene nel tempo senza che l'individuo abbia le strategie per potervi far fronte, generando conseguenze che alla lunga potrebbero minare la salute fisica e psicologica. Posti dinanzi ad una stessa situazione stressante non tutti gli individui reagiscono allo stesso modo, ciò dipende da come la persona percepisce la situazione e la interpreta.

Lo sportello di ascolto nasce puntando sulla **prevenzione e promozione** della salute psicologica al fine di offrire ai lavoratori che ne fanno richiesta l'occasione di un iniziale ascolto e supporto, di potenziamento delle capacità di gestione dello stress e della situazione, derivante da una momentanea situazione di sofferenza psicologica percepita, che lo generano.

Finalità:

- garantire uno spazio personale e privato di ascolto nel quale il lavoratore può esprimersi liberamente in un clima di accettazione, comprensione e accoglimento
- favorire la fiducia del lavoratore nelle proprie capacità di poter affrontare e gestire la situazione
- sostenere il lavoratore nell'attivazione di risorse e strategie personali che permettano di gestire la situazione che crea disagio (empowerment e resilienza)

Lo Sportello è gestito da professionisti psicologi, è gratuito e si articola in attività di consulenze psicologiche brevi (non si tratta di psicoterapia, non vengono effettuate valutazioni psicodiagnostiche) da 1 a massimo 5 incontri della durata di 1 ora circa ciascuno da effettuarsi presso la sede del servizio a Foggia, in piazza Pavoncelli, 11. Allo sportello si accede su appuntamento.

Di seguito il link per ulteriori informazioni sulle attività dello Sportello di Ascolto e modalità di contatto:

<https://www.sanita.puglia.it/documents/36044/301897921/SPORTELLO+DI+ASCOLTO/2ba62099-4499-496b-a5da-4052fc850c64>

Distinti saluti

Dirigente f.f. SPESAL ASL FOGGIA
Dott.ssa Addolorata Arsa