

dr.ssa Federica Ronchi
Psicoterapeuta della Gestalt
Psicologa e Counselor
via Laghi, 87
48018 Faenza (RA)
p.iva 02606710396
c.f. RNCFR88L68D458D

'IL POSTO SICURO'

Progetto di sostegno psicologico e rielaborazione espressiva di vissuti potenzialmente traumatici e/o sintomatologia da Disturbo Post Traumatico da Stress (PTSD)

Destinatari

Il percorso è destinato ad un piccolo gruppo composto da membri del corpo di polizia provinciale che hanno partecipato ai soccorsi per l'evento alluvione del mese di maggio 2023 a Faenza.

Il numero minimo di partecipanti con cui intraprendere l'intera durata del percorso è: 6 persone.

Il numero massimo di partecipanti (per garantire una buona riuscita del percorso) è: 12 persone.

Il percorso si svolgerà presso Studio Gestalt, il mio studio privato a Faenza in via Laghi 87; questo per facilitare la creazione di uno spazio sicuro per i partecipanti e per facilitare l'accesso a strumenti e mediatori necessari per il percorso.

Obiettivo generale

Il progetto ha la finalità di offrire un sostegno psicologico a persone che hanno prestato assistenza e servizio durante l'alluvione in Emilia-Romagna.

Intervenire precocemente su un vissuto traumatico può alleviarne le conseguenze psicofisiche in maniera importante, ovvero prima che queste si cronicizzino, richiedendo poi interventi di un calibro maggiore. Stati di ansia, Disturbo Post Traumatico da Stress, disturbi del sonno sono solo alcuni dei possibili effetti a lungo termine dell'esposizione ad una catastrofe naturale.

Un ulteriore obiettivo del progetto è offrire ai partecipanti degli strumenti per gestire le proprie emozioni in maniera più consapevole; ciascun incontro è fine a se stesso per le tematiche ed i mediatori utilizzati, ma viene garantita una continuità all'interno del percorso in termini di lavoro sulla consapevolezza psicoemozionale.

Obiettivi specifici

- Accompagnare i partecipanti nel contatto con le proprie emozioni, fornendo loro un adeguato supporto per poterle esprimere in uno spazio sicuro, non giudicante, accogliente.
- Integrare il vissuto traumatico in una narrazione identitaria che possa includerlo, elaborarlo, 'digerirlo' psichicamente andando a prevenire vissuti di PTSD.
- Recuperare il benessere psicoemozionale delle persone che hanno subito perdite, danni, lutti oppure che in seguito agli eventi alluvionali hanno dovuto ridefinire uno o più ambiti della propria vita privata, familiare e/o professionale.
- Facilitare le relazioni interpersonali tra persone colpite dal trauma degli eventi alluvionali, attraverso la condivisione in piccolo gruppo.

- Prevenire lo sviluppo di una sintomatologia psicosomatica o, nel caso in cui questa si fosse presentata a seguito degli eventi traumatici, diminuirne l'entità e l'impatto sull'esistenza delle persone coinvolte.

Attività e metodi

Il progetto prevede 5 incontri a cadenza settimanale, della durata di 2 ore ciascuno, per piccolo gruppo.

Il modello terapeutico di riferimento è la Psicoterapia della Gestalt fenomenologico-esistenziale, che attraverso l'uso di svariati mediatori artistici e corporei sostiene la libera espressione di sé, il recupero della funzione di contatto con se stessi e con il mondo, l'integrazione dei vissuti traumatici per un riequilibrio olistico del mondo intrapsichico, emozionale e corporeo.

I mediatori utilizzati saranno: disegno, pittura, argilla da modellare, teatro Gestalt, scrittura.

Preventivo

Il seguente preventivo è comprensivo di 5 incontri di piccolo gruppo della durata di 2 ore cadauno e di tutti i materiali che verranno proposti ai partecipanti durante gli incontri stessi.

onorario psicoterapeuta + materiali	1200 €
marca da bollo	2 €
2% ENPAP	24,04 €
TOTALE	1226,04 €

Faenza, 07/11/2023

In fede

dr.ssa Federica Ronchi

Federica Ronchi

Via Laghi 87, 48018 Faenza (RA)

CELL (+39) 3703631602 • E-MAIL fede.ronchi88@gmail.com

P.IVA. 026067710396

ALBO PROFESSIONALE DEGLI PSICOLOGI EMILIA-ROMAGNA n.8786 dal 14/09/2017

COPERTURA ASSICURATIVA polizza n. 500216747, Allianz SpA.

LETTERA MOTIVAZIONALE

Con questa lettera motivazionale, la mia intenzione è presentarmi più accuratamente come candidata al progetto di supporto psicologico dedicato al corpo di polizia provinciale che ha partecipato ai soccorsi per l'evento alluvione del mese di maggio 2023 a Faenza, la città in cui vivo e nella quale ho fatto esperienza dello stesso tragico evento.

In particolare vorrei mettere in luce gli effetti benefici dell'arte terapia applicata in contesto psicoterapeutico per il trattamento dei sintomi da Disturbo Post Traumatico da Stress (di seguito indicato come PTSD). Risale agli anni '70 l'inizio degli studi sulla correlazione tra sintomatologia psicosomatica ed emisferi cerebrali: sebbene sia molto complicato collocare a livello neurologico una capacità complessa come la creatività, anche studi più recenti hanno confermato che l'integrazione soggettiva dei vissuti e dei sintomi psicosomatici attiva maggiormente l'emisfero destro, quello deputato, per intenderci, alle attività di pensiero creativo e alla creatività non verbale, ad esempio quella propria delle arti visive. Ho avuto modo di approfondire queste ricerche per la stesura della tesi di specializzazione, trovandone anche grande interesse nell'applicazione clinica. Quindi, bypassando la necessità analitica del linguaggio verbale e prettamente razionale, l'utilizzo di mediatori artistici nel contesto psicoterapeutico permette un accesso più diretto alle memorie emozionali e corporee; quando l'organismo è soggetto ad un evento traumatico, ovvero un evento che rimane 'non digerito' nella psiche (e che può ripresentarsi sotto forma di pensiero intrusivo, alterazione della capacità di autoregolazione organismica della persona, o memorie intrusive dell'evento stesso) è molto difficile per la persona arrivare ad una integrazione dello stesso evento unicamente attraverso una psicoterapia sul piano verbale, proprio perché vi sono elementi tali da non sottostare alle regole della logica. Una comunicazione sul piano emozionale, supportata dall'esperienza artistica guidata, offre una via di uscita per le emozioni intense, un canale diretto e preferenziale, in uno spazio sicuro. L'arte infatti, sotto forma di elaborazione astratta, riesce ad arrivare dove le parole non hanno accesso. Pittura, scrittura, scultura sono alcune delle possibilità attraverso le quali terapeuta e cliente riescono ad accedere e ad avvicinarsi, sentendosi al sicuro, a pensieri ed emozioni collegati al vissuto traumatico. In particolare, il gruppo stesso è strumento di cura: condividere la propria esperienza di fronte ad un pubblico che

ne è testimone già di per sé viene indicato come fattore di cura. A maggior ragione, se gli altri membri del gruppo hanno condiviso l'esperienza che ha generato sintomi di PTSD, il confronto ed il supporto sociale derivanti da tale condivisione riduce il senso di isolamento, che è un'altra conseguenza sul piano relazionale del PTSD. Basta pensare che l'arte terapia per i gruppi è nata negli anni '40 negli Stati Uniti e in Gran Bretagna, all'interno dei reparti di psichiatria che ospitavano i soldati traumatizzati reduci di guerra (proprio in questi anni verrà elaborata la diagnosi di PTSD partendo dalle esperienze dei soldati).

Nella mia esperienza lavorativa, ho potuto osservare come il contesto di gruppo si sia rivelato favorevole nei percorsi di arte terapia destinati ai richiedenti asilo protagonisti di migrazioni che li hanno condotti dai Paesi del Centro Africa fino in Italia. Questi progetti, intitolati 'Esistere a Colori' e 'Esistere in Movimento', avevano al centro l'espressività artistica e corporea e sono stati condotti con l'utilizzo di diversi mediatori quali la pittura e la scultura con argilla. Le barriere linguistiche non hanno reso possibile l'utilizzo della scrittura. Ho fiducia che il tempo possa restituire alle persone la loro intatta capacità di sentire e di trovare un senso anche nelle esperienze più difficili ed inimmaginabili. Questi progetti, che ho ampiamente documentato per la loro portata emozionale e sociale, hanno dato beneficio ai partecipanti riducendo la sintomatologia da PTSD e facilitando loro un'apertura relazionale e anche sociale: il progetto 'Esistere a Colori' si è concluso con un'esposizione delle opere dei partecipanti presso lo spazio espositivo in Viale Stradone 7 presso l'A.S.P. "Il Fontanone", nel mese di settembre 2018.

Desidero concludere la lettera motivazionale aggiungendo che per me sarebbe un onore poter dedicare parte del mio lavoro al servizio di persone che, in quella notte che adesso è solo un brutto ricordo, hanno messo a rischio la propria vita con coraggio per salvare le vite di altri.

Grazie per l'attenzione
Cordialmente
Federica Ronchi

Federica Ronchi

Via Laghi 87, 48018 Faenza (RA)

CELL (+39) 3703631602 • E-MAIL fede.ronchi88@gmail.com

P.IVA. 026067710396

ALBO PROFESSIONALE DEGLI PSICOLOGI EMILIA-ROMAGNA n.8786 dal 14/09/2017

ALBO PROFESSIONALE DEGLI PSICOTERAPEUTI EMILIA-ROMAGNA dal 15/09/2022

COPERTURA ASSICURATIVA polizza n. 500216747, Allianz SpA.

ISTRUZIONE

Scuola di Specializzazione in Psicoterapia della Gestalt

Istituto Gestalt Romagna– Ravenna

gennaio 2017 – dicembre 2021

Tesi: Metafora e Narrazione di Sé in Psicoterapia della Gestalt

Psicoterapia incentrata sulla relazione io-Tu, sul contatto e sulla consapevolezza delle proprie emozioni.

Supervisione a cadenza mensile; terapia personale e di gruppo.

Gestalt Play Therapy – Seminario Esperienziale

settembre 2018 – giugno 2019

presso Istituto Gestalt Romagna

docente: Karen Hillam Fried, Psy.D.

Seminario intensivo di metodologie di lavoro terapeutico per l'infanzia, l'adolescenza e la famiglia.

Laurea Magistrale LM51 – Psicologia delle Organizzazioni e dei Servizi Febbraio 2013

Alma Mater Studiorum Università degli Studi di Bologna

Tesi sperimentale: Identità organizzativa e leadership nelle reti di imprese

Voto 104/110

Laurea Triennale – Scienze del Comportamento e delle Relazioni Sociali Nov. 2010

Alma Mater Studiorum Università degli Studi di Bologna

Tesi compilativa: Psicologia dei musei – una rassegna della letteratura

Voto 105/110

Erasmus

Heythrop College, London

Gennaio - Giugno 2010

Social Psychology

Neuroscience & Biology

Historical and Conceptual Issues in Philosophy

Certificate of Proficiency in English

Giugno 2007

University of Cambridge

ESOL Examination

Grade C

ESPERIENZA PROFESSIONALE

**Studio Professionale in libera professione
Faenza (RA)**

Gennaio 2018 – in corso

Percorsi di psicoterapia individuale, di coppia e di piccolo gruppo per adulti, adolescenti e bambini

Collaborazioni svolte con Coop. Soc. Teranga e Caritas Diocesana di Faenza

**Centro di Ascolto per Adolescenti L'Acchiappasogni (Forlì)
Tirocinio di Specializzazione**

Maggio 2019 – Luglio 2021
ore: 200

Conduzione di colloqui e percorsi di supporto psicologico per adolescenti incentrati sull'approccio della Gestalt Play Therapy

Utilizzo di mediatori artistici e corporei per l'espressione dei vissuti emotivi

**Centro di Salute Mentale (Forlì)
Tirocinio di specializzazione**

Febbraio – Novembre 2018
ore: 100

Osservazione e partecipazione a riunioni di équipe per la discussione di casi clinici e la formulazione di progetti terapeutici multidisciplinari.

Somministrazione e scoring di test per assessment di personalità e dei Disturbi del Comportamento Alimentare

**Residenza Sanitaria Psichiatrica Podere Rosa (Forlì)
Tirocinio di specializzazione**

Settembre – Novembre 2017
ore: 100

Affiancamento ad educatori nelle attività quotidiane della comunità e socializzazione con gli utenti

Partecipazione attiva nella vita in comunità

Osservazione e partecipazione a riunioni di équipe

Approfondimento di tematiche relative alla clinica e alla pratica di comunità con educatori e tutor

AUSL Romagna – Sportello d'ascolto giovani, consultorio familiare di Faenza e Castel Bolognese; Servizi Sociali sede di Faenza

Tirocinio post laurea

Settembre 2015 – Settembre 2016
ore: 1.000

Osservazione di colloqui clinici in supporto a individui/coppie/famiglie durante fasi delicate di vita

Partecipazione a gruppi di équipe all'interno del Consultorio Giovani e dei Servizi Sociali Progetto di educazione all'affettività presso l'Istituto Alberghiero P. Artusi, Riolo Terme.

Assistente al sostegno scolastico
Heathbrook Primary School, London
Kids Company

Settembre 2014 – Luglio 2015
ore mensili: 24

Conduzione di incontri individuali/ in gruppo per bambini di età comprese tra 3 e 11 anni:
- Sessioni di gruppo per l'arricchimento linguistico e capacità di interazione sociale
- Sessioni di gruppo per lo sviluppo dell'intelligenza emotiva e delle capacità di interazione sociale: sviluppo di capacità empatiche attraverso la rappresentazione di storie e fiabe.
- Sessioni individuali per il supporto psicologico e il potenziamento di capacità comunicative

PROGETTI SVOLTI

Percorsi di accompagnamento alla nascita Marzo 2020 – presente
All'interno del percorso di accompagnamento alla nascita tenuto dalla dr.ssa Ostetrica Alice Bartoletti, conduco incontri destinati a coppie o piccolo gruppo dove affronto le tematiche relative al travaglio ed al puerperio dal punto di vista emozionale e psicologico. Accompagno le coppie genitoriali in visualizzazioni guidate per stabilire un contatto profondo con il proprio figlio. Partecipo alla co-conduzione di incontri esperienziali per favorire un'esperienza di travaglio consapevole, fornendo alle donne strumenti per centrarsi attraverso il respiro e la visualizzazione.

'Esistere in Movimento' Gennaio – Febbraio 2019
Cooperativa Teranga
Centro di Accoglienza Straordinario, Faenza (RA)

Il progetto 'Esistere in movimento' è in particolare incentrato sulle sensazioni corporee per il recupero delle funzioni di contatto in persone che hanno subito traumi e violenze in un percorso di vita difficile. Passando dal respiro e da mediatori quali il disegno e l'argilla l'intento è di riportare la persona ad un migliore contatto col proprio corpo e con le proprie sensazioni. I destinatari del percorso sono stati diversi gruppi di migranti provenienti da Paesi del Centro Africa, con sintomi di PTSD derivati dalla traversata per giungere in Italia. Il progetto ha apportato miglioramenti alla loro sfera di benessere personale, relazionale e sociale.

'Esistere a Colori' Aprile 2018 – Gennaio 2019
Cooperativa Teranga
Centro di Accoglienza Straordinario, Faenza e Riolo Terme (RA)

Laboratorio svolto attraverso la conduzione di incontri di gruppo, finalizzato al supporto psicologico nell'esperienza migratoria attraverso mediatori artistici. Il progetto, ideato da me, viene portato avanti in collaborazione con educatori e coordinatori, al fine di migliorare il clima relazionale e la qualità di vita all'interno del centro di accoglienza. I destinatari del percorso sono stati diversi gruppi di migranti provenienti da Paesi del Centro Africa, con sintomi di PTSD derivati dalla traversata per giungere in Italia. Il progetto ha apportato miglioramenti alla loro sfera di benessere personale, relazionale e sociale.

NOTE AGGIUNTIVE

Durante le esperienze di lavoro ho maturato buone capacità di collaborazione in équipe multidisciplinari: sia con altri professionisti nell'ambito della salute, sia con educatori, insegnanti, genitori e familiari. Ho buone capacità di comunicazione assertiva e di mediazione interpersonale. Attraverso lo svolgimento di progetti ho altresì maturato ottime capacità organizzative di gestione del tempo e dei materiali, di progettualità del lavoro svolto e di gestione dei gruppi di piccola e media entità.

Svolgo il mio lavoro con autenticità, empatia e presenza. Costruisco il progetto terapeutico insieme alla persona nell'ottica di un supporto che vada dalla richiesta di aiuto esterno, alla presa di coscienza di se stessi per arrivare all'auto-sostegno e all'auto-aiuto. Il lavoro che svolgo in libera professione è seguito durante le supervisioni.

In seguito agli eventi alluvionali e di terremoto che hanno colpito le regioni Emilia-Romagna e Toscana negli ultimi mesi, ho accolto diverse persone e famiglie con parziale sintomatologia da PTSD (alterazione del ritmo sonno veglia, alterazione dei comportamenti alimentari, ansia anticipatoria dell'evento catastrofico) le quali hanno tratto beneficio dalle pratiche di arte terapia svolte nel contesto terapeutico.

Autorizzo il trattamento dei dati personali contenuti nel mio curriculum vitae
in base all'art. 13 del D. Lgs. 196/2003 e all'art. 13 GDPR 679/16