

FRANCESCO MAPPA

<https://orcid.org/0000-0001-9042-6758>

PROTOCOLLO PSICOLOGICO

Situazioni di crisi: pensieri suicidi ed aggressività

Obiettivo: Fornire un quadro di riferimento per affrontare situazioni di crisi legate a pensieri suicidi ed aggressività, garantendo la sicurezza dell'individuo in difficoltà e promuovendo il supporto adeguato.

Valutazione Iniziale

a. Identificazione della crisi

- Raccogliere informazioni sull'individuo (età, genere, storia clinica, ecc.)
- Valutare il contesto della crisi (circostanze attuali, eventi scatenanti).

b. Valutazione dei rischi

- Discutere direttamente dei pensieri suicidi e dell'aggressività.
- "Hai pensato di farti del male o di far del male a qualcun altro?"
- "Hai un piano specifico o mezzi per attuare questi pensieri?"
- Valutare la gravità e l'urgenza della situazione.

Sicurezza e stabilizzazione

a. Creazione di un ambiente sicuro

- Eliminare oggetti pericolosi e potenzialmente letali.
- Assicurarsi che l'ambiente sia calmo e confortevole.

b. Stabilizzazione emotiva

- Utilizzare tecniche di grounding (ad esempio, tecniche di respirazione, focalizzazione sui cinque sensi).
- Offrire ascolto attivo e empatia.

Interventi immediati

a. Pianificazione della sicurezza

- Lavorare con l'individuo per sviluppare un piano di sicurezza.
- Identificare segnali di allerta personali.
- Stabilire passaggi da seguire in caso di crisi futura.

b. In caso di rischio imminente

- Attivare i servizi di emergenza (polizia, ambulanza, servizio di emergenza psicologica), se necessario.
- Non lasciare mai l'individuo da solo se c'è un rischio concreto di autolesionismo od aggressività.

Supporto ed intervento continuo

a. Riferimento a professionisti

- Se i pensieri suicidi o l'aggressività risultano gravi, referire immediatamente a un professionista della salute mentale.
- Considerare l'inserimento in un programma di terapia intensiva, se necessario.

b. Monitoraggio e follow-up

- Pianificare incontri di follow-up regolari per monitorare il progresso.
- Rimanere disponibile per il supporto e continue valutazioni.

Educazione e prevenzione

a. Sensibilizzazione

- Fornire informazioni all'individuo e ai familiari sui segni di allerta e sulle strategie di coping.
- Creare un ambiente di supporto attorno all'individuo per prevenire future crisi.

b. Risorse utili

- Fornire numeri di emergenza, risorse online ed informazioni su gruppi di supporto locali.

- Incoraggiare la persona a contattare amici, familiari o professionisti in caso di bisogno.

Documentazione

- Registrare dettagli sulla valutazione iniziale, gli interventi adottati, il piano di sicurezza ed i follow-up.
- Assicurarsi che tutte le informazioni siano archiviate in modo riservato.

Conclusione

Questo protocollo serve come guida per affrontare situazioni di crisi legate a pensieri suicidi ed aggressività. È fondamentale approcciare ogni situazione con empatia, rispetto ed una mentalità orientata alla sicurezza. La collaborazione con professionisti della salute mentale è cruciale per garantire un supporto adeguato e continuo.

Biografia

Francesco Mappa, Psicologo e Criminologo.

Ricercatore in Neuroscienze, ha sviluppato fin da giovane una profonda curiosità per i meccanismi della mente umana e per i percorsi, spesso tortuosi, che gli individui compiono per raggiungere il benessere psichico. La sua formazione accademica è solida e articolata e la sua esperienza clinica, iniziata oltre quindici anni fa, si è sviluppata in contesti diversificati.

E' noto per uno stile terapeutico che unisce rigore scientifico ad una calda umanità. Non crede che la psicologia debba rimanere confinata negli studi privati o nelle aule universitarie. Per questo, affianca alla clinica un'intensa attività di divulgazione scientifica. Scrive per testate del settore, è ospite frequente di podcast dedicati al benessere e tiene seminari che affrontano con pragmatismo i grandi temi del nostro tempo: dall'ansia che paralizza allo stress che logora sul lavoro, fino all'alfabetizzazione emotiva. La sua capacità di tradurre concetti complessi in un linguaggio universale, senza perdere in precisione, è il suo marchio di fabbrica. È questa "psicologia demistificata" il suo contributo ad una società più consapevole e resiliente, dove prendersi cura della propria mente sia visto finalmente come una pratica normale, necessaria e alla portata di tutti.

Dichiarazione di finanziamento / Funding Statement

In data odierna (6 febbraio 2021), l'autore Francesco Mappa dichiara che, la ricerca presentata in questo lavoro, non ha beneficiato di alcun finanziamento specifico proveniente da enti pubblici, commerciali o senza scopo di lucro.

(The author Francesco Mappa declares that no funds, grants, or other financial support were received during the preparation of this manuscript.)

Francesco Mappa

<https://orcid.org/0000-0001-9042-6758>