



**POLITECNICO**  
MILANO 1863



## **POLIPSI**

È il servizio di counseling e di sostegno psicologico e psicoterapeutico rivolto agli studenti e ai dottorandi del Politecnico di Milano. Ideatrice e responsabile di PoliPsi è il Delegato del Rettore prof.ssa Licia Sbattella, psicologo, psicoterapeuta e bioingegnere. Il servizio PoliPsi si avvale di psicologi e di psicoterapeuti esperti di dinamiche relazionali e di processi di apprendimento. Il servizio offre un luogo in cui confrontarsi e ricevere sostegno competente nei momenti di disagio, di incertezza e di difficoltà legate allo studio o a eventi personali.

Il servizio PoliPsi consente agli studenti e ai dottorandi di:

- affrontare le situazioni di difficoltà nell'inserimento e nello svolgimento della vita accademica (siano esse di natura accademica o psicologica)
- migliorare il rendimento accademico (orientando e raffinando il percorso accademico scelto, le motivazioni che lo sottendono e le strategie personali e cooperative più efficaci per il raggiungimento dei risultati desiderati)
- conoscere e comprendere meglio se stessi, gli altri, le relazioni per loro più significative e i contesti che frequentano in vista di un futuro personale, professionale e relazionale ricco, prestigioso e originale
- affrontare meglio le prime esperienze di inserimento lavorativo, in vista di stage, di tirocini e di attività di ricerca.

Il servizio PoliPsi offre:

- un primo colloquio con lo psicologo psicoterapeuta responsabile del servizio ed esperto nell'ascolto e nell'analisi delle difficoltà incontrate per concordare le successive modalità di intervento
- un percorso individuale di counseling didattico e di sostegno psicologico: da 2 a 5 colloqui individuali all'anno con lo psicologo e con gli esperti di orientamento didattico
- un percorso individuale di psicoterapia breve (da 4 a 8 sedute) o di psicoterapia (fino a 30 sedute), con cadenza settimanale, compatibilmente con le risorse specialistiche disponibili, con psicoterapeuta e supervisione psicoterapeutica del responsabile del servizio
- dal 2017 il servizio PoliPsi offre originali e apprezzati corsi esperienziali di Conoscenza e Comunicazione di Sé (di impianto cognitivo costruttivista) e Laboratori di gestione delle Emozioni e delle Relazioni (narrativa autobiografica, psicodramma, mindfulness, protocolli di impianto comportamentale, cognitivo, costruttivista, relazionale). Ogni anno vengono erogate 4 edizioni in italiano e 1 edizione in inglese del corso esperienziale
- tutti i servizi sono erogati gratuitamente agli studenti e ai dottorandi del Politecnico di Milano in italiano e in inglese.

È garantita la massima riservatezza e il rispetto della privacy di ogni dato e dei materiali scambiati o raccolti.

### CARATTERISTICHE DEL SERVIZIO POLIPSI

Fino al 2016 il Politecnico di Milano offriva un punto di ascolto psicologico che seguiva disagi esclusivamente legati allo studio e alla vita accademica. Dal 2017 l'offerta di PoliPsi affronta e sostiene gli studenti e i dottorandi italiani e stranieri anche rispetto alle difficoltà personali. Il servizio propone interventi sia in lingua italiana che in lingua inglese. Dal 2017 il servizio adotta un approccio cognitivo relazionale ed offre fino a 30 sedute di psicoterapia individuale. Nonostante il Politecnico non abbia al suo interno Dipartimenti Clinici di Psicologia o di Medicina, PoliPsi si è progressivamente strutturato e si avvale oggi di 4 psicoterapeuti, di 2 psicologi e di 10 tirocinanti della Scuola di Psicoterapia CTC di Como di orientamento cognitivo relazionale.

### IMPATTO DEL SERVIZIO

- la prevenzione e la cura che deriva dal rilevamento di situazioni di forte disagio (atti autolesionistici, rischio suicidario, depressioni, disturbi del comportamento alimentare, disturbi di personalità, dipendenze, disagio psichiatrico)
- la messa in contatto (per le situazioni più gravi) con le strutture sanitarie territoriali per la diagnostica e la terapia
- l'offerta di percorsi di psicoterapia con sessioni individuali, di corsi esperienziali e di sessioni di lavoro in piccolo gruppo guidato da psicoterapeuta consente interventi in tempi rapidi (che rispondono al bisogno nel periodo di attesa della disponibilità del servizio pubblico e riducono il ricorso a strutture private ad alto costo).
- Il servizio contribuisce alla ricerca e alla diffusione del modello di intervento e dei risultati ottenuti in contesti clinici e psicopedagogici, nazionali e internazionali con la partecipazione a convegni, e la realizzazione di pubblicazioni, seminari e interventi di formazione.

### ALCUNI NUMERI

**Dal 2017 ad oggi:**

- **728 prese in carico**
- **331 colloqui con il responsabile del servizio**
- **95 percorsi di psicoterapia tenuti da psicoterapeuti**
- **103 percorsi di psicoterapia tenuti da tirocinanti psicoterapeuti**
- **174 percorsi di sostegno al metodo di studio con psicologo**