



NATURAL-MENTE  
*la psicologa al parco*

# IL PROBLEMA?

Expectations



Necessità di uscire fuori

VS

Reality



Necessità di stare dentro

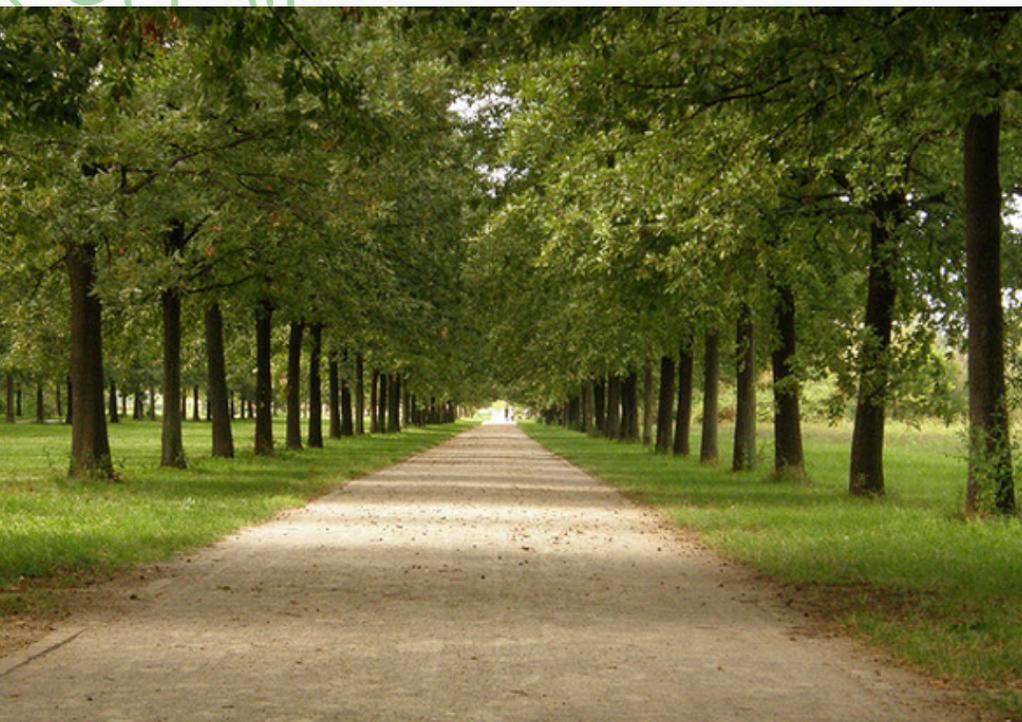
L'adolescente è chiamato ad **uscire dall'infanzia** per proiettarsi verso l'età adulta e a ricercare coordinate per disegnare il proprio posto nel mondo. Ma il desiderio di uscire fuori appare fortemente condizionato dal contesto storico-socio-culturale in cui viviamo: la tecnologia e la carenza di servizi fruibili anche in contesti più difficili, nonché l'**emergenza sanitaria COVID-19** che ha imposto modifiche radicali del nostro vivere, a partire dall'**isolamento forzato**.

Di conseguenza anche i **genitori** e gli **insegnanti**, coinvolti in prima persona e come figure di riferimento, esprimono il bisogno di essere aiutati nella gestione delle difficoltà legate all'adolescenza e alle possibili forme di disagio.





# LA NOSTRA VISIONE?



## ACCOGLIERE

permettere un ascolto in uno spazio non medicalizzato all'aperto e nella natura



## SENZA PREGIUDIZI

sostenere i giovani nell' "uscire fuori" superando la paura di chiedere aiuto e i pregiudizi sulla figura dello psicologo.

**ESSERE PSICOTERAPEUTI,  
NON FARE GLI PSICOTERAPEUTI**



# A CHI?



## ADOLESCENTI E GIOVANI

di età compresa tra i 14 e 25 anni coinvolti a diversi livelli nell'emergenza sanitaria

## GENITORI

con figli di età compresa tra i 14 e 25 anni coinvolti a diversi livelli nell'emergenza sanitaria

## INSEGNANTI

degli alunni di età compresa tra i 14 e 25 anni coinvolti a diversi livelli nell'emergenza sanitaria



## ADOLESCENTI E GIOVANI

## GENITORI

## INSEGNANTI

### QUALI BISOGNI?



**Uno spazio non medicalizzato di ascolto, espressione e crescita personale in cui sentirsi liberi da giudizi. Ricevere consigli e strategie.**



**Di essere aiutati nella gestione delle difficoltà legate all'adolescenza.**



**Avere un servizio esterno di riferimento a cui poter affidare lo studente che si trova ad affrontare una qualsiasi forma di disagio.**

### LA NOSTRA OFFERTA

**CONSULENZA PSICOLOGICA, PSICOTERAPIA INDIVIDUALE E DI GRUPPO MULTILINGUA E MULTIMETODO (FOTOGRAFIA, ARTE, ANIMALI...)**

**SUPPORTO PSICOLOGICO ALLA GENITORIALITÀ, ASCOLTO E ORIENTAMENTO VERSO I SERVIZI DEL TERRITORIO**

**SPORTELLO ESTERNO PSICOLOGICO - SUPPORTO NELLA DECODIFICA E GESTIONE DELLE DIFFICOLTÀ PSICOLOGICHE DEGLI STUDENTI, GRUPPI DI PAROLA, SUPPORTO PSICOEDUCATIVO NELLA FORMAZIONE**



Psicoterapia individuale

Psicoterapia di gruppo

Sportello d'ascolto

Interventi assistiti con animali

TAA (Terapia Assistita con l'Asino)

Laboratori di gruppo fotografia

Laboratori di sensibilizzazione su tematiche sociali

Gruppi di parola

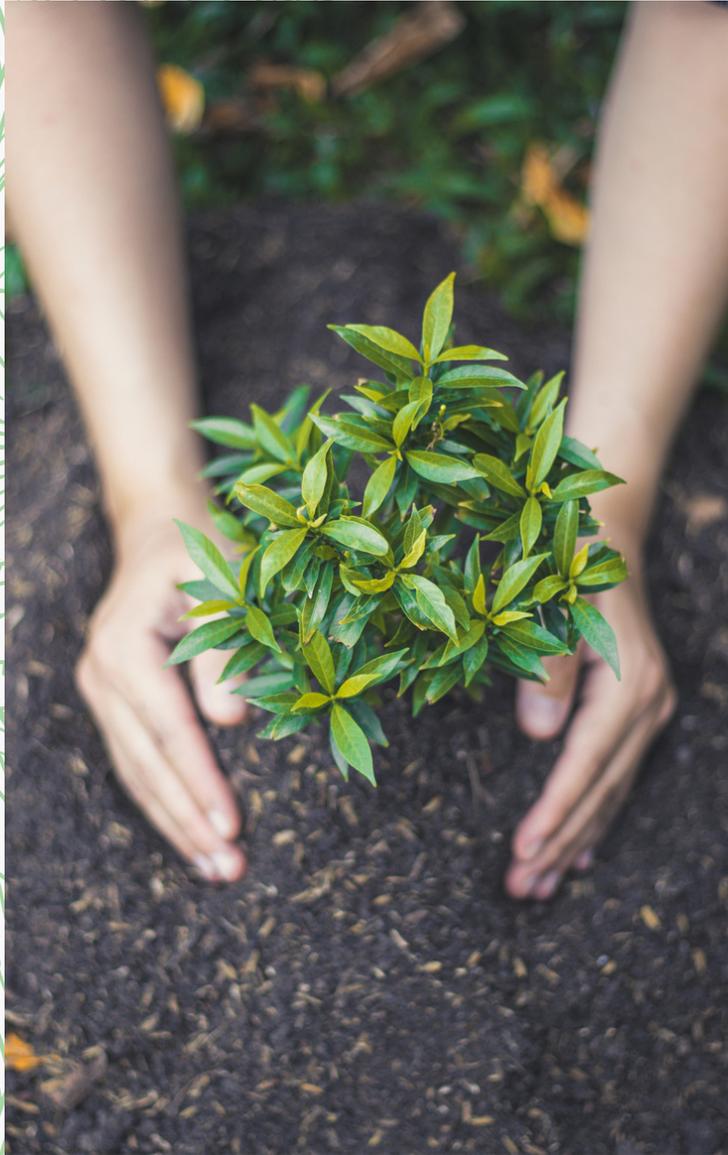
Sostegno genitoriale

Sostegno agli insegnanti

ponte tra i servizi

# LA MAPPA DELL'OFFERTA

# È SOSTENIBILE:



## COSTI RIDOTTI

- assenza canone d'affitto perchè le attività avverranno al parco nord all'aperto
- servizi di consulenza finanziari offerti da ente sostenitore SIPRe Milano (Società Italiana di Psicoanalisi della Relazione)
- spazio al chiuso per attività di back-office e equipe offerto da SIPRe Milano
- autonomia e competenze in ambiti trasversali, ma necessari (grafica, social media manager, arte, fotografia...)



## FINANZIAMENTI

- pagamento calmierato da parte degli utenti dei servizi offerti
- attività di crowdfunding, team addetto al reclutamento di sponsor e partecipazione a bandi
- bonus psicologo 2022
- quota associativa



## SOLIDA RETE

- collaborazione con enti del territorio in qualità di inviati:
  - Neuropsichiatria Infantile Ospedale Niguarda
  - Centro Clinico Spazio Oltremè
  - SIPRe (Società Italiana di Psicoanalisi della Relazione)
  - Koinè
  - A Passo D'asino
  - professionisti della salute mentale
- networking solido dei singoli soci

# BUSINESS MODEL CANVAS

## Partners chiave

---

- Neuropsichiatria Infantile Ospedale Niguarda
- Centro Clinico Spazio Oltremè
- SIPRe (Società Italiana di Psicoanalisi della Relazione)
- Koinè
- A Passo D'asino
- networking tra professionisti della salute mentale

## Attività chiave

---

- Ricerca e definizione di un approccio
- comunicazione
- sviluppo commerciale
- gestione amministrativa
- gestione del team

## Risorse chiave

---

- Risorse umane
- Spazio (aperto e chiuso)
- Contatti e relazioni
- Materiale per laboratori

## Proposta di valore

---

PROMUOVERE IL BENESSERE PSICOLOGICO ALL'ARIA APERTA, NELLA NATURA CITTADINA, IN UN CONTESTO SCEVRO DA ETICHETTE E PREGIUDIZI TALVOLTA IMPLICITI NEI CONTESTI TRADIZIONALI DI CURA.

## Relazioni con utente

---

- Relazione di cura
- sensibilizzazione e prevenzione
- Socializzare e fare comunità

## Canali

---

- Social,
- canali Parco Nord e associazioni partner
- scuole (superiori, università)
- sito web

## Target (utente)

---

- Target 1  
Adolescenti 11-18
- Target 2  
Giovani 18 -25
- Target 3  
Genitori
- target 4  
insegnanti

## Costi

---

- Assenza canone d'affitto perchè le attività avverranno al parco nord all'aperto
- Servizi di consulenza finanziari offerti da ente sostenitore SIPRe Milano (Società Italiana di Psicoanalisi della Relazione)
- Spazio al chiuso per attività di back-office e equipe offerto da SIPRe Milano
- Autonomia e competenze in ambiti trasversali, ma necessari (grafica, social media manager, arte, fotografia...)

## Ricavi

---

- Pagamento calmierato da parte degli utenti dei servizi offerti
- Attività di crowdfunding, team addetto al reclutamento di sponsor e Partecipazione a bandi
- Bonus psicologo 2022
- Quota associativa

# QUANDO?

## PRIMA

Mappatura di zona: biblioteche, scuole primarie, secondarie di I e II grado, servizi, oratori, spazi aggregativi.

Avvio dialogo coi partners:  
liceo Casiraghi  
Ente Parco Nord  
SIPRe Milano  
Koinè  
A Passo D'asino  
Bookforest

Studio della letteratura scientifica sul metodo e sui bisogni attuali dell'utenza identificata

Cura delle implicazioni deontologiche del servizio in dialogo con OPL (Ordine degli Psicologi della Lombardia)

## ADESSO



# QUANDO?

## ADESSO

Creazione del sito web  
[www.psicologoalparco.it](http://www.psicologoalparco.it)

Strutturazione team Social e  
preparazione calendario editoriale

Scrittura e avvio dei progetti:



**"TreXTe"** Sportello gratuito  
di supporto psicologico al  
parco

**"Oltre il muro, l'arte che cura"**  
Workshop di poster-art sulle emozioni,  
che prevede una riqualificazione  
del teatrino Breda del Parco Nord

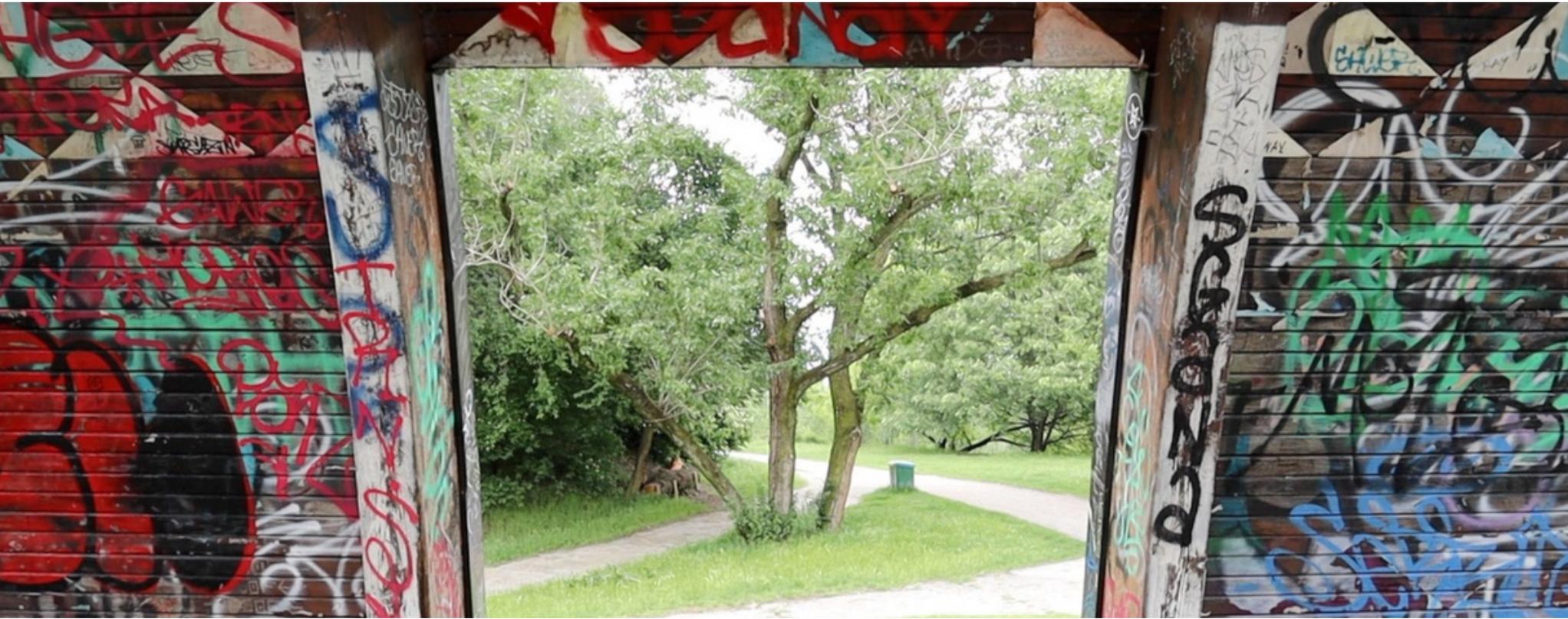


**Campus** per studenti liceo  
Casiraghi in collaborazione  
con Ecomuseo e Bookforest



# TRA 3 ANNI?

Ci auspichiamo di consolidare la rete esistente in modo che le attività offerte possano prendere piede e consentire allo Psicologo al Parco di diventare un servizio riconosciuto e di riferimento nel quartiere.



Ci prospettiamo di sviluppare un metodo di intervento in una logica di ricerca-azione, coinvolgendo enti accademici al fine di contribuire alla letteratura scientifica sul tema.

Ci proponiamo di crescere come associazione nella direzione del progetto e di specializzare le nostre attuali competenze in modo da finalizzare ulteriormente le attività erogate.

Sarà necessario continuare a svolgere le attività di promozione e ingaggio dell'utente, oltreché persistere al mantenimento e consolidamento della rete attiva.

# CHI SIAMO?

Siamo sei psicologhe e psicoterapeute che si sono incontrate in un ambulatorio per adolescenti di Milano. Nello specifico, abbiamo lavorato per alcuni anni insieme in un servizio che si occupava di sostenere gli adolescenti minorenni ricoverati nel reparto di psichiatria, mentre attraversavano un momento di forte crisi evolutiva. In quegli anni, abbiamo potuto fare esperienza di un nuovo modo di intendere la professione: “essere” oltre che “fare” le psicologhe. Il lavoro prevedeva infatti di trascorrere molte ore a fianco dei ragazzi, sia di giorno che di notte, aiutandoli ad attraversare quel momento di crisi “semplicemente” stando insieme a loro. Questa esperienza ci ha permesso di sperimentare la possibilità di declinare il ruolo di psicologhe in una modalità più esperienziale.

**GENEROSA**

**PRAGMATICA**

**VISIONARIA**

**MULTITASKING**

**DIPLOMATICA**

**FRIZZANTE**





**GRAZIE**

