



COMUNICATO STAMPA

“VIVERE MEGLIO” ENPAP: INTERVENTI PSICOLOGICI ANCHE ONLINE

Per facilitare l'utilizzo dei servizi di aiuto psicologico gratuiti anche da parte dei cittadini di tutto il territorio nazionale, ENPAP mette a disposizione circa 600 interventi psicologici online, a chi risulta idoneo dopo lo screening su viveremeglio.enpap.it

Roma, 5 settembre 2024 – A partire da oggi, viene offerto a tutti i cittadini il supporto psicologico messo a disposizione da ENPAP, l'Ente Nazionale di Previdenza ed Assistenza per gli Psicologi, attraverso il progetto “Vivere Meglio”. Il progetto, giunto alla seconda edizione, mette a disposizione servizi psicologici per conoscere e affrontare ansia e depressione e, grazie a uno stanziamento dell'ENPAP, permette anche di usufruire gratuitamente di cicli completi di consulenza psicologia o psicoterapia con psicologi e/o psicoterapeuti.

Chi può accedere ai trattamenti e come lo si fa? Chi ha dai 16 anni in su, può collegarsi al sito viveremeglio.enpap.it dove si avrà la possibilità di fare un test, scientificamente validato e consistente in 27 domande. Una volta risposto a tutte le domande si avrà un esito e, se emerge che si ha necessità di seguire un ciclo di incontri con uno psicologo, si potrà scaricare e attivare un voucher per iniziare il trattamento psicologico online. I posti disponibili sono circa 600.

«Il progetto Vivere Meglio 2024 è partito ad aprile in alcune regioni: Emilia Romagna, Marche e Toscana. Ora, fatte le necessarie valutazioni scientifiche con le Università partner del progetto, diamo ai cittadini di tutta Italia la possibilità di accedere ai trattamenti psicologici utilizzando le connessioni a distanza. Sono disponibili circa **600 percorsi psicologici online per il trattamento di ansia e depressione** e si tratterà di percorsi di consulenza psicologica o di psicoterapia, a seconda delle necessità rilevate dal test di screening. **Si tratta di una disponibilità estremamente limitata rispetto all'enorme bisogno di sostegno psicologico che è sempre più evidente nel Paese, ma l'esperienza dello scorso anno ci ha resi ancora più consapevoli che interventi brevi e focalizzati come quelli che proponiamo con Vivere Meglio possono fare la differenza per la qualità di vita e la salute delle persone, e che ampliare la consapevolezza sui disturbi d'ansia e depressione può ridurre grandemente lo stigma intorno ai disturbi emotivi e facilitare l'accesso a servizi psicologici adeguati**», afferma **Felice Damiano Torricelli**, Presidente ENPAP.

Sul sito viveremeglio.enpap.it, infatti, oltre a poter fare il test di screening tutti hanno la possibilità di scaricare, sempre gratuitamente, quindici diversi manuali di auto-aiuto con utili consigli pratici per conoscere e gestire le più frequenti difficoltà di natura psicologica che invadono il nostro quotidiano, come, a titolo di esempio, la paura delle malattie, la rabbia, i disturbi del sonno, lo stress, i conflitti in famiglia.

In Italia, le terapie psicologiche per i disagi di natura ansiosa o depressiva, che sono i più diffusi disturbi emotivi, sono rese quasi esclusivamente dai professionisti privati e quindi disponibili solo per coloro che possono permettersi di pagarli di tasca propria, ma le ricerche scientifiche evidenziano un **peggioramento senza precedenti della salute mentale della popolazione, in particolare tra i giovani**: le persone **fra i 16 e i 35 anni** costituiscono, infatti, quasi **il 70% dei fruitori del progetto Vivere Meglio** messo a disposizione da ENPAP. Si tratta di un dato particolarmente preoccupante anche perché nei mesi a venire la domanda di cure psicologiche da parte dei giovani non potrà che continuare a crescere, proprio a causa delle enormi fonti di precarietà e incertezza che impattano sul loro benessere psicologico.

Il progetto Vivere Meglio, finanziato integralmente da ENPAP attraverso borse lavoro, consente anche di continuare a raccogliere dati scientifici che aiuteranno a prospettare, a beneficio dei decisori pubblici, servizi di psicologia più accessibili nell'ambito pubblico.

Contatti: Antonella De Minico

Addetta Stampa ENPAP

Tel. 339.8971255

Email: ufficiostampa@enpap.it - deminicoanto@gmail.com