

La richiesta di aiuto via Facebook e via Skype



RAPPORTO 2013

a cura del
Servizio Italiano di Psicologia Online

Rapporto 2013

“La richiesta di aiuto via Facebook e via Skype”

a cura del Servizio Italiano di Psicologia Online

Per il terzo anno consecutivo presentiamo il rapporto relativo all’iniziativa “*Psicologo 2.0*”, arricchito per la prima volta di un nuovo capitolo, relativo al servizio di video consulenza psicologica via Skype.

E’ questo un passo in avanti che evidenzia il sempre maggiore desiderio delle persone di avvicinarsi alle tematiche psicologiche attraverso i diversi canali che il virtuale mette a disposizione, e in modo sempre più interattivo e meno timido rispetto la modalità via chat.

In questo rapporto, dunque, a differenza dei precedenti saranno confrontati i dati raccolti attraverso il servizio via chat con quelli raccolti mediante il servizio di video consulenza, al fine di provare a delineare i differenti profili di utenza che chiedono aiuto allo psicologo nell’uno e nell’altro caso.

Dal confronto tra i dati sono ovviamente emersi degli elementi comuni alla scelta di entrambi i canali, e altri che sembrano essere peculiari dell’uno rispetto all’altro.

Ad esempio a muovere gli utenti a chiedere aiuto sembrano esserci sia via chat sia via webcam la necessità di comprendere il proprio vissuto e il desiderio di intervenire sul problema.

Invece una differenza interessante è data dal *setting* dell’eventuale proseguo della consultazione psicologica: nel caso della chat sembra esserci più motivazione a rivolgersi ad un servizio dal vivo, nel caso delle video consulenze la preferenza è a proseguire utilizzando il canale della consulenza online, probabilmente a conferma dell’utilità del supporto ricevuto.

Sono questi alcuni dei feedback che ci spingono ogni giorno ad investire risorse nella direzione di una *Psicologia 2.0* che, oltre ad aiutare gli utenti ad avvicinarsi al mondo della psicologia, ha l’obiettivo di formare sempre meglio i colleghi psicologi perché siano attrezzati ad abitare un contesto non semplice ma sempre più utilizzato.

Proprio per questo l’altra grande novità dei primi mesi del 2014 è stata la creazione del primo corso online di formazione rivolto allo psicologo che abbia voglia di capire come effettuare consulenza psicologica a distanza.

Gruppo AlgeriMazzucchelli

Ma per approfondire questo tema rimandiamo al nostro sito, vi lasciamo invece alla lettura del rapporto.

Davide Algeri
 Luca Mazzucchelli

INDICE

- Non solo Facebook, ascoltiamo anche su Skype pag. 4
- Gli sportelli in pratica pag. 4
 - Via Facebook pag. 4
 - Via Skype pag. 5
- Profilo dell'utente via chat - Facebook pag. 6
- Profilo dell'utente via webcam - Skype pag. 12
- Orientamenti futuri pag. 18
- Conclusioni pag. 18
- I responsabili del servizio pag. 19
- I nostri consulenti allo sportello chat pag. 21
- I nostri consulenti sportello Skype pag. 21
- Gruppi di discussione pag. 22
- Linkografia pag. 22

Non solo Facebook, ascoltiamo anche su Skype

Il gruppo “AlgeriMazzucchelli - psicologia innovativa” promuove da diversi anni iniziative volte a coniugare la psicologia con le nuove tecnologie. A seguito delle prime applicazioni psicoeducative per iPhone su ansia, genitorialità e sessualità, il team di psicologi si è orientato verso l'erogazione di consulenze psicologiche via webcam, con l'intento di *andare verso* i bisogni degli utenti sfruttando le nuove tecnologie e le loro potenzialità.

In questa direzione il [Servizio Italiano di Psicologia Online](#) (SIPO) ha istituito lo Sportello di Ascolto gratuito su Facebook prima, e recentemente anche quello via Skype, per andare incontro al bisogno sempre crescente di consulenza psicologica attraverso una modalità che fosse maggiormente interattiva e più facilitante il crearsi di una relazione.

Se lo sportello Facebook ha avuto come finalità quella di offrire una prima accoglienza e orientamento verso un professionista cui rivolgersi per intraprendere un percorso di cambiamento, con lo sportello via Skype si è aggiunta la possibilità di intraprendere dei brevi cicli di consulenza psicologica, sempre via webcam.

Per accedere ad entrambi i servizi è richiesta all'utente la compilazione di un questionario in entrata e in uscita che permette di monitorare l'andamento dei servizi e il livello di gratificazione degli utenti che accedono ai servizi.

Gli sportelli in pratica

Via Facebook

Visto l'incremento delle richieste di consulenza via Skype avute nel 2013, il servizio via chat è stato ridotto da due sere a settimana a una sera soltanto (il martedì) dalle 21 alle 22.30, con una durata di 30 minuti per ogni utente.

Gli utenti interessati aggiungono ai loro amici di Facebook il profilo “[SIPO Sportello di ascolto](#)”, e inviano un messaggio privato. Il referente per il coordinamento dello sportello o il personale di turno raccoglie la richiesta e propone la prima data disponibile per l'incontro, invitando l'utente a compilare la scheda di accesso al servizio necessaria per accedere al colloquio.

Il giorno dell'incontro lo psicologo ha a disposizione 30 minuti per ascoltare la domanda dell'utente e raccogliere le informazioni necessarie a indicare un riferimento presso cui iniziare una presa in carico. Generalmente sono offerti agli utenti 2 o 3 possibili riferimenti nel pubblico o nel privato, in relazione alle esigenze della persona che chiede aiuto.

Alla fine di ogni colloquio viene chiesto a ogni utente di compilare una breve scheda di valutazione del servizio.

Via Skype

A differenza dello sportello via Facebook, è stato possibile accedere alla consulenza via Skype mediante un form presente sul sito del Servizio Italiano di Psicologia Online.

Le richieste sono state distribuite ai consulenti del SIPO che proponendo la data per l'incontro (gratuito), invitano l'utente a compilare la scheda di accesso al servizio.

Il giorno dell'incontro, lo psicologo ha a disposizione 30/40 minuti per ascoltare la domanda dell'utente e raccogliere le informazioni necessarie ad indicare un riferimento sul territorio o per proporre un ciclo di colloqui di sostegno psicologico (a pagamento a seconda delle tariffe del professionista). Alla fine di ogni colloquio o del ciclo di colloqui è stato chiesto a ogni utente di compilare una breve scheda di valutazione del servizio.

Profilo dell'utente via chat - Facebook

Nell'anno 2013 presso lo sportello sono state condotte 38 chat della durata di 30 minuti ciascuna. L'attività di orientamento si è svolta ogni martedì sera dalle ore 20.30 alle ore 22.30. A tutti gli utenti è stato somministrato un questionario in ingresso obbligatorio e a un questionario in uscita per fornire un feedback sulla prestazione ricevuta e su come migliorare il servizio.

Allo sportello hanno lavorato 6 psicologi tutti regolarmente iscritti all'albo e costantemente supervisionati dal gruppo di esperti del *Servizio Italiano di Psicologia Online*.

Il servizio, rivolto esclusivamente a utenti maggiorenni italiani, ha riscontrato una maggiore partecipazione tra 18 ai 25 anni ed è stato utilizzato nel 91% dei casi da donne [Fig.1]. Rispetto agli anni scorsi quindi si conferma il trend di utilizzo maggiore da parte delle donne, che in questo 2013 sembra essere però nettamente aumentato.

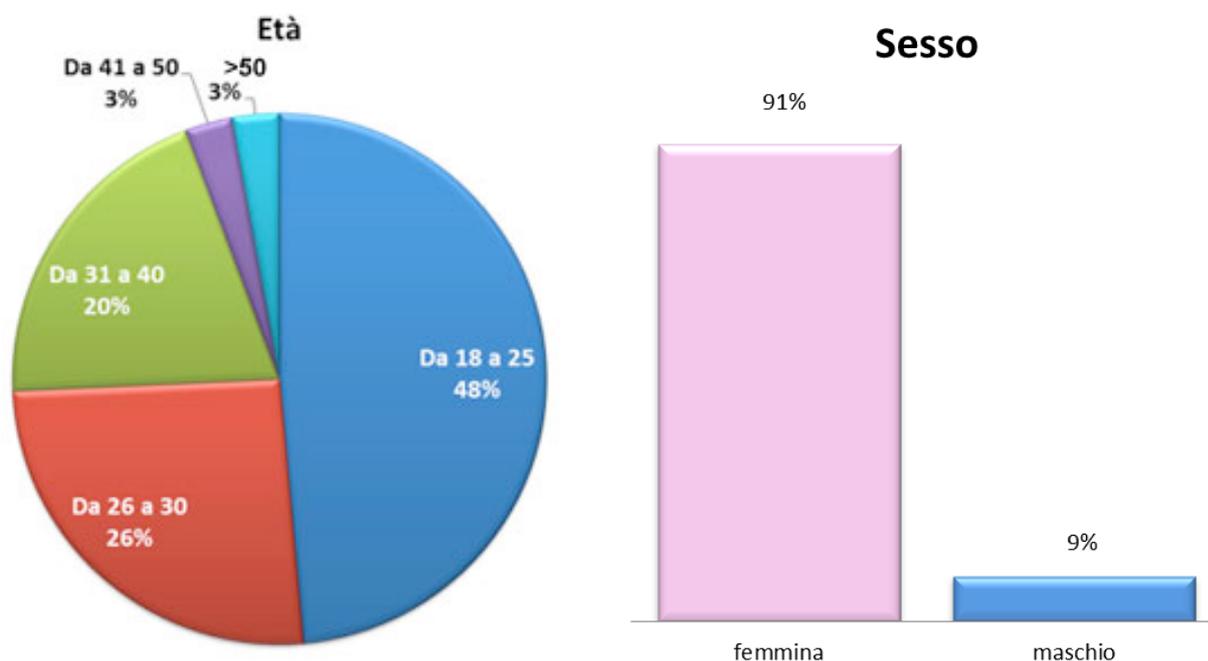


Fig. 1

Dall'analisi dei dati emerge come la diffusione geografica [Fig. 2] sia concentrata tra nord e sud, mentre vi è un notevole sbilanciamento nel campione per la scolarità: il 60% dei partecipanti ha terminato le medie superiori e il 31% è laureato [Fig.3].

Area geografica di appartenenza

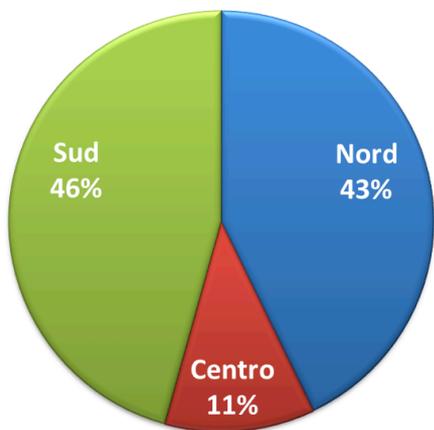


Fig.2

Scolarità

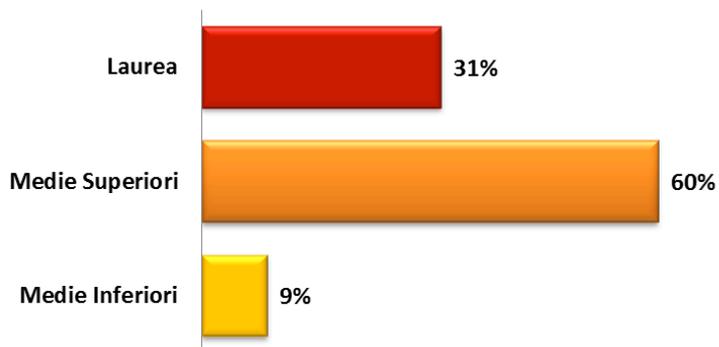


Fig.3

Numerose richieste di aiuto sono pervenute da figure professionali come impiegati, insegnanti, ma anche da disoccupati. Tuttavia, come gli anni precedenti, la netta maggioranza è composta da studenti [Fig.4].

Professione

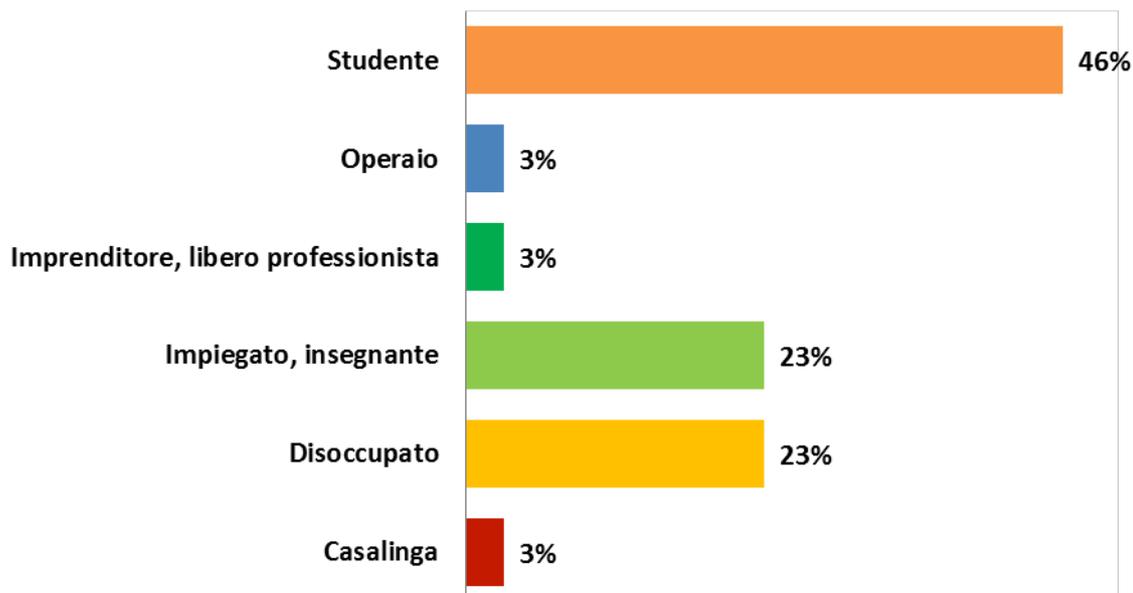


Fig.4

La spinta a chiedere aiuto al SIPO è rappresentata da motivazioni molto eterogenee: il 31% degli utenti dichiara di non sapere a chi rivolgersi (percentuale raddoppiata rispetto ai dati raccolti nel 2012), mentre il 29% ammette di avere scelto la consultazione online per la comodità del servizio. Anche il bisogno di un supporto immediato sembra essere motivo per la richiesta di consulenza online [Fig.5]

Perchè ha preferito un servizio online ad un servizio dal vivo?

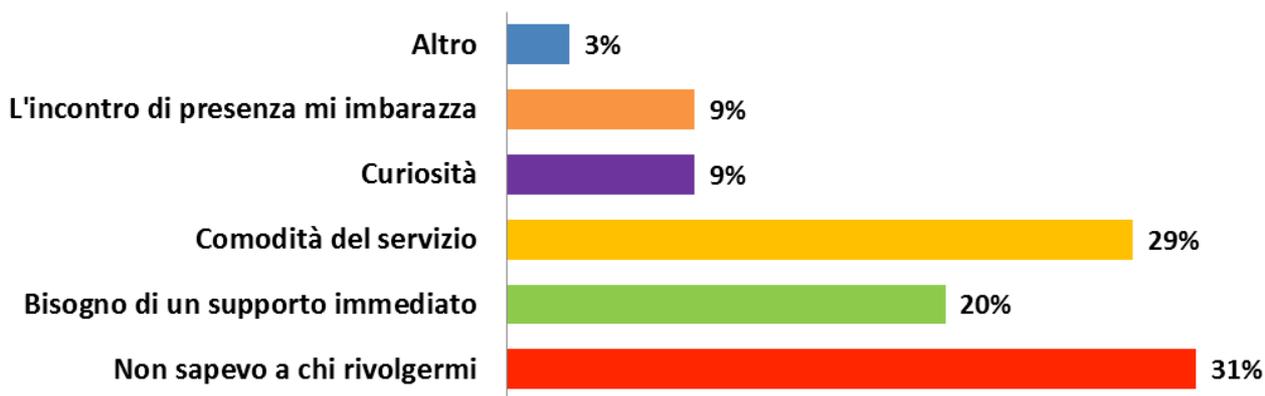


Fig.5

Le difficoltà portate dagli utenti sono molto variegate con una prevalenza di problemi dell'umore e d'ansia, ma anche da problemi familiari, voce triplicata rispetto a quando dichiarato dagli utenti un anno fa [Fig.6].

Problematiche presentate

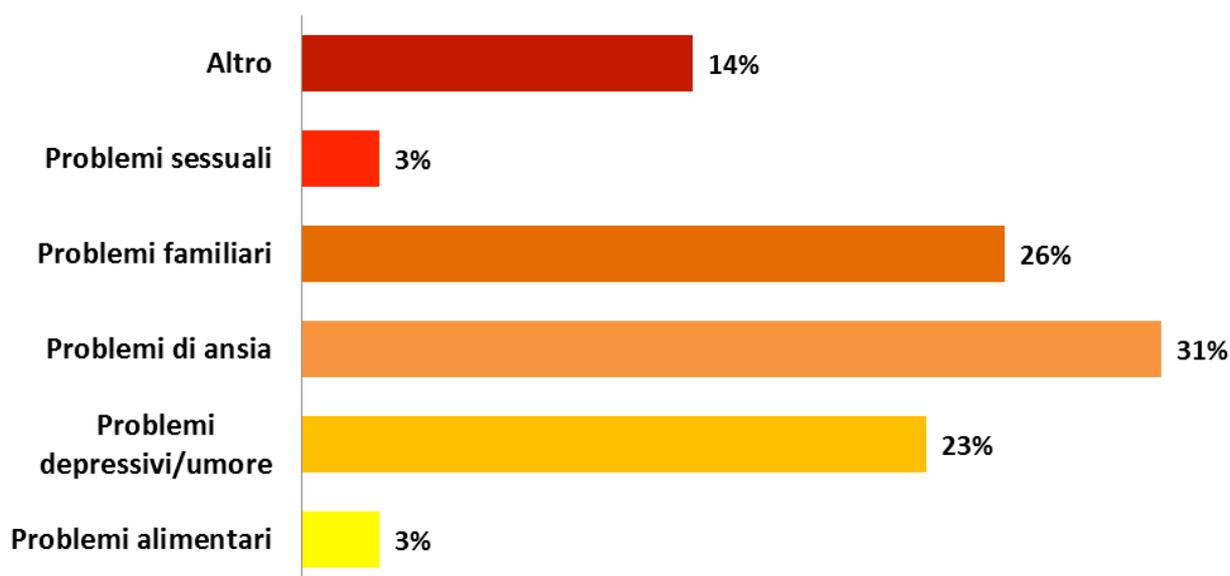


Fig.6

Per il 51% dei nostri utenti lo sportello della chat SIPO rappresenta il primo contatto con uno psicologo. Lo fanno accompagnati da aspettative legate principalmente all'opportunità di comprendere meglio il problema vissuto. Come negli anni precedenti, in una discreta percentuale di casi si è assistito a una richiesta spesso irrealistica di risolvere immediatamente il problema portato [Fig.7].

Come mai ha deciso di rivolgersi al servizio di accoglienza?

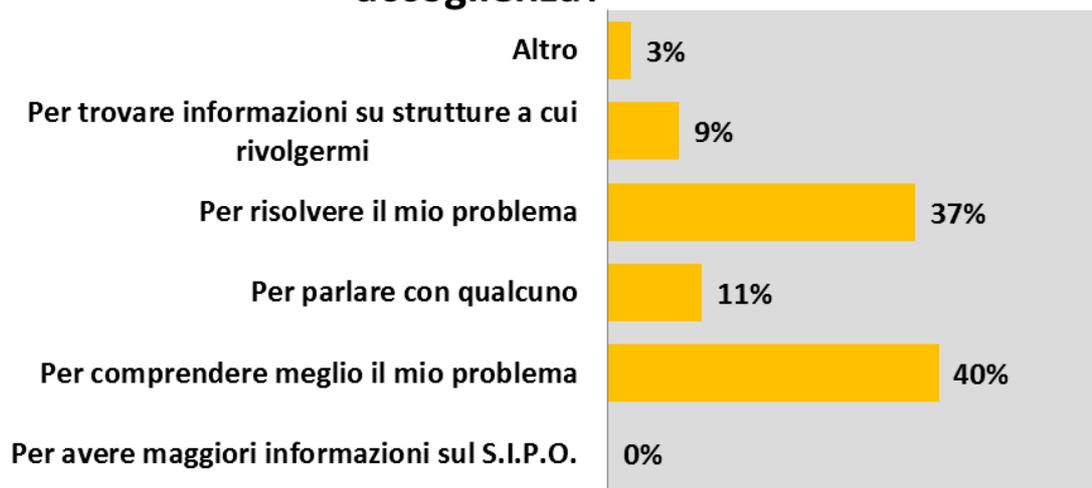


Fig.7

Nel questionario in uscita il 92% dei partecipanti si è ritenuto soddisfatto della prestazione ricevuta, valutandola in una scala da 1 a 5 con un punteggio superiore o uguale a 3, mentre solo il 9% degli intervistati ha attribuito 1 o 2 al servizio di accoglienza [Fig.8]. Rispetto ai dati raccolti nel 2012 è importante sottolineare che gli standard sono in continuo aumento, e gli insoddisfatti sempre meno.

Ritiene che il servizio di accoglienza abbia soddisfatto le sue aspettative?

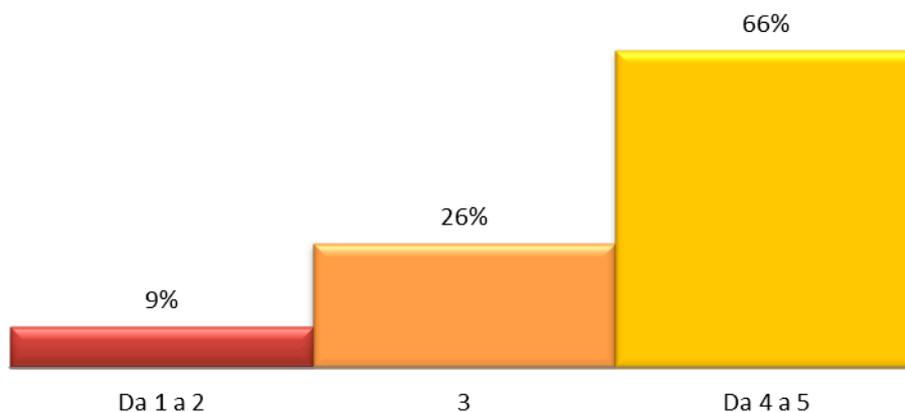


Fig.8

Le indicazioni ricevute per migliorare il servizio sono soprattutto incentrate sulla proposta di allungare il tempo dedicato all'incontro, anche solo di 10-15 minuti, o di aggiungere più colloqui.

In complesso sono molti gli apprezzamenti e incoraggiamenti pervenuti attraverso il secondo questionario, a testimonianza ulteriore della curiosità e interesse concreto rispetto all'iniziativa.

Da ultimo presentiamo il dato forse più significativo: la maggior parte delle persone (57%, rispetto al 41% di 12 mesi fa) dopo il primo contatto di chat dichiarano di essere decisamente propense a rivolgersi ad uno psicologo[Fig.9].

Quanto si sente motivato/a ad intraprendere un percorso di consulenza (almeno 4 incontri) con uno psicologo?

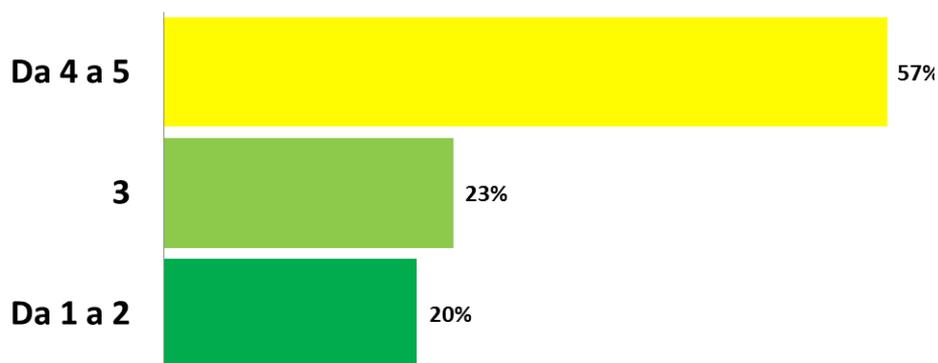


Fig.9

Come a dire che il contatto virtuale può considerarsi primo passo altrimenti intrapreso con maggiori ostacoli verso una presa in carico che potrà approdare al contatto "vis à vis" consigliato dai canoni tradizionalmente proposti dalla psicologia. Per quanto riguarda il questionario di follow up volto a indagare l'efficacia dell'intervento, è stato compilato dalla metà degli utenti contattati. I dati raccolti mostrano come ben il 58% di loro abbiano poi effettivamente cercato un supporto di tipo psicologico in seguito alla chat [Fig. 10].

Successivamente alla chat ha ricercato un supporto psicologico?

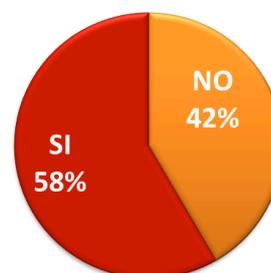


Fig. 10

Anche questo è un parametro in aumento e in controtendenza rispetto agli ultimi raccolti, dato che nel 2012 le percentuali erano 46% per i "Sì" e 54% per i "No". Di questi la maggioranza (29%) lo ha fatto dopo un mese [Fig. 11].

Se ha risposto SI può indicarci all'incirca dopo quanto tempo?

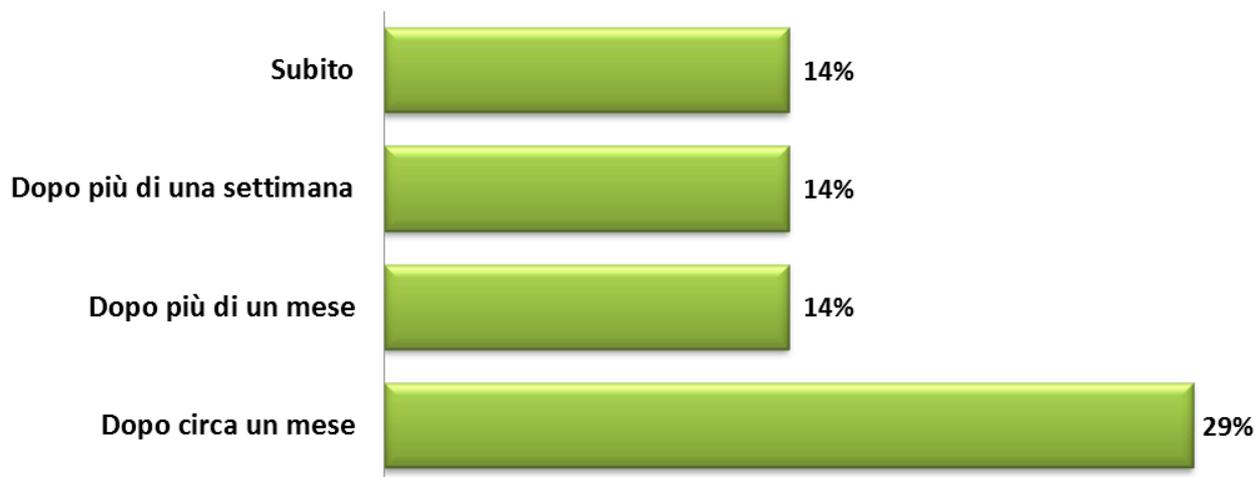


Fig. 11

A che genere di servizio si è rivolto?

Per quanto riguarda il tipo di servizio scelto, prevale nettamente la scelta del servizio privato. Da rilevare un 33% di utenti che hanno scelto di intraprendere un percorso di consulenza online [Fig. 12].

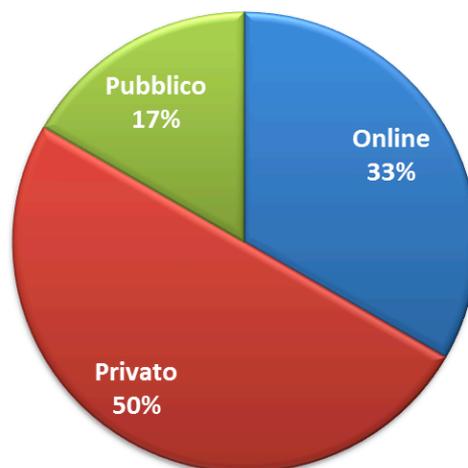


Fig. 12

Profilo dell'utente via webcam - Skype

Nell'anno 2013 sono stati 123 gli utenti che hanno richiesto una consulenza via Skype. Tutti sono stati ricontattati dai consulenti S.I.P.O. e, di questi, 45 utenti hanno scelto di approfondire il proprio caso con gli psicologi, fissando un appuntamento via webcam per il primo colloquio.

Agli utenti che hanno svolto il colloquio orientativo è stato somministrato un questionario in ingresso, con la finalità di ricevere un feedback sulla prestazione ricevuta e su eventuali migliorie da apportare al servizio.

Nelle attività dello sportello sono stati coinvolti 4 Psicologi, tutti regolarmente iscritti all'Albo, costantemente supervisionati dal gruppo di professionisti del *Servizio Italiano di Psicologia Online* attraverso incontri programmati con cadenza mensile.

Il servizio, rivolto esclusivamente a utenti maggiorenni di nazionalità italiana, ha riscontrato un *range* di partecipazione che comprende soggetti dai 18 ai 59 anni. La maggiore partecipazione si registra tra 32 ed i 41 anni, ma risultano essere importanti fruitori anche i soggetti dai 18 ai 26 anni [Fig. 1].

Il servizio è stato utilizzato nel 57% dei casi da uomini [Fig.2], a differenza di quanto riscontrato per il servizio di ascolto proposto via Facebook.

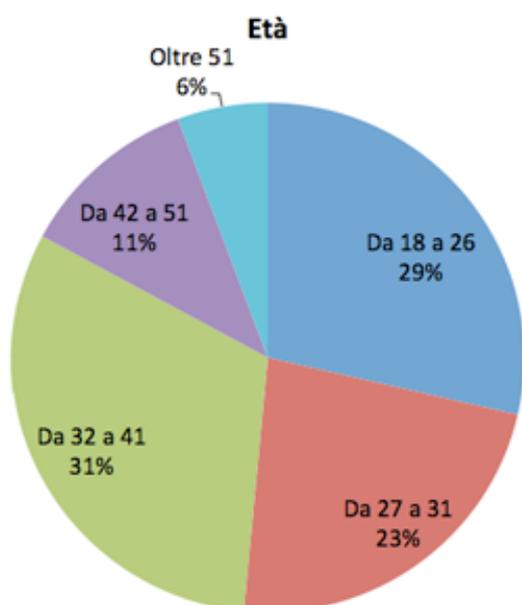


Fig. 1

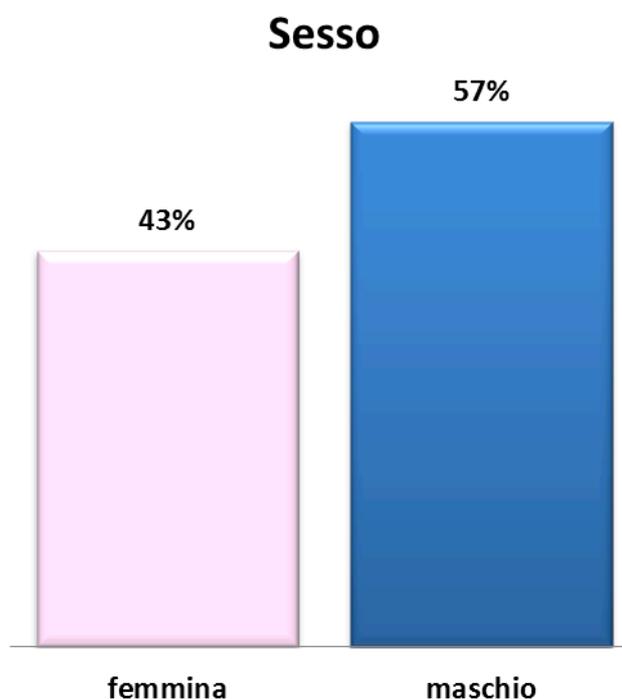


Fig. 2

A livello geografico, l'analisi dei dati evidenzia una maggiore distribuzione degli utenti nelle regioni del Nord Italia (51%) ed una diffusione bilanciata tra utenti del Centro e del Sud, che si assestano rispettivamente sul 23% e sul 26% [Fig. 3].

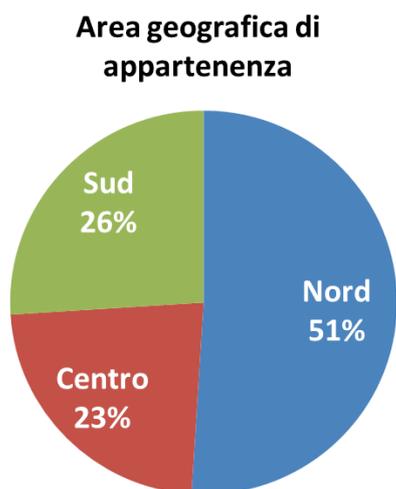


Fig. 3

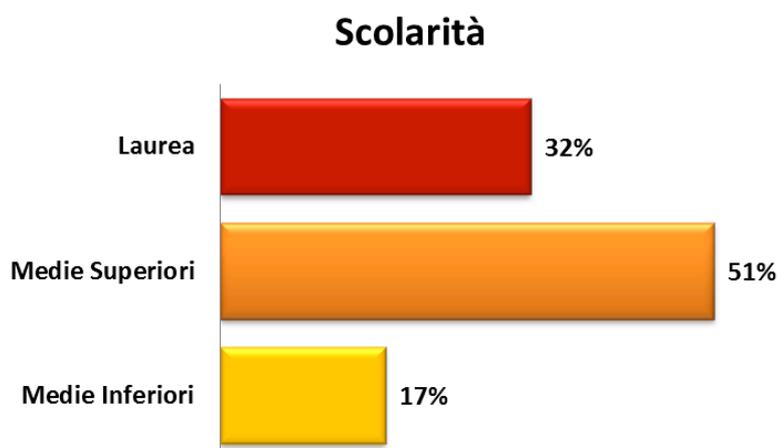


Fig. 4

Per quanto concerne il titolo di studio posseduto dagli utenti del servizio, si può notare una preponderanza dei soggetti che hanno la licenza media superiore, infatti oltre la metà degli utenti è in possesso di tale diploma; un'altra buona parte dei partecipanti ha una laurea (32%), mentre il restante 17% ha terminato le scuole medie inferiori [Fig. 4].

In termini di professionalità, gli utenti del servizio via Skype sono principalmente impiegati (34%), ma anche operai, liberi professionisti, dirigenti e artigiani, seppur in misura minore. Il numero di utenti disoccupati è pari al 17%, le casalinghe rappresentano il 5% e, in controtendenza rispetto alla tendenza che si registra per lo sportello su Facebook, gli studenti sono solo l'8% [Fig. 5].

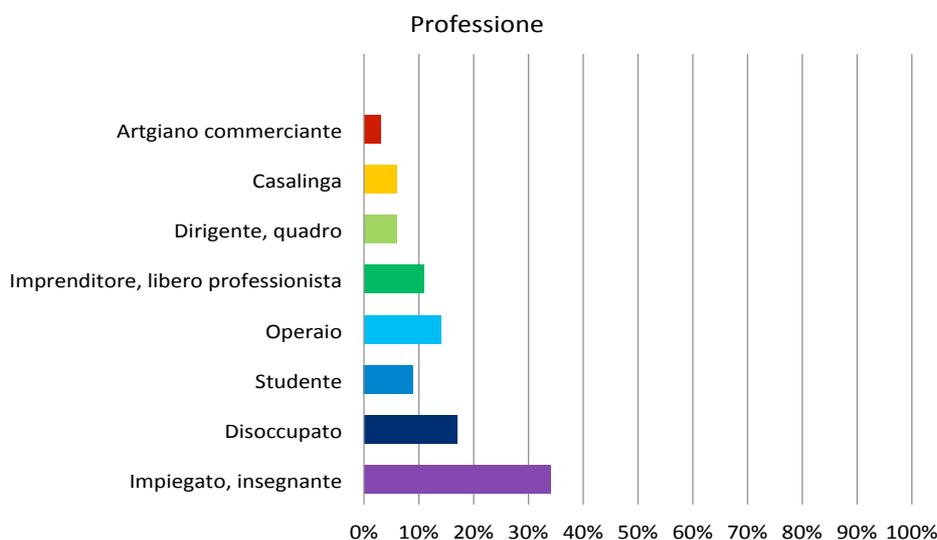
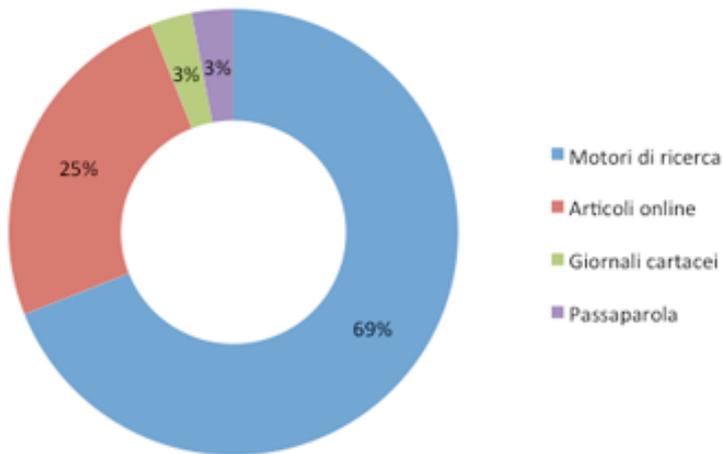


Fig. 5

Come hanno conosciuto il servizio



La fonte principale attraverso cui questi utenti sono venuti a conoscenza del servizio di ascolto ed orientamento via Skype del S.I.P.O sono i motori di ricerca ed, in parte, gli articoli online. Poco rilevante l'apporto di giornali cartacei, nonostante la corposa rassegna stampa, e del passaparola [Fig. 6].

Fig. 6

Più della metà degli utenti del servizio di ascolto via Skype del S.I.P.O. è alla sua prima richiesta di supporto psicologico, mentre la restante parte di chi utilizza questa soluzione ha già inviato richieste di consulenza specialistica a Psicologi [Fig. 7]. Circa il 50% di coloro i quali hanno già usufruito di supporto psicologico dichiara di aver effettuato un numero maggiore di 10 incontri, ciò indica che anche utenti che hanno intrapreso percorsi di supporto psicologico più consistenti si rivolge con fiducia a servizi di consulenza a distanza.

Richieste di consulenza

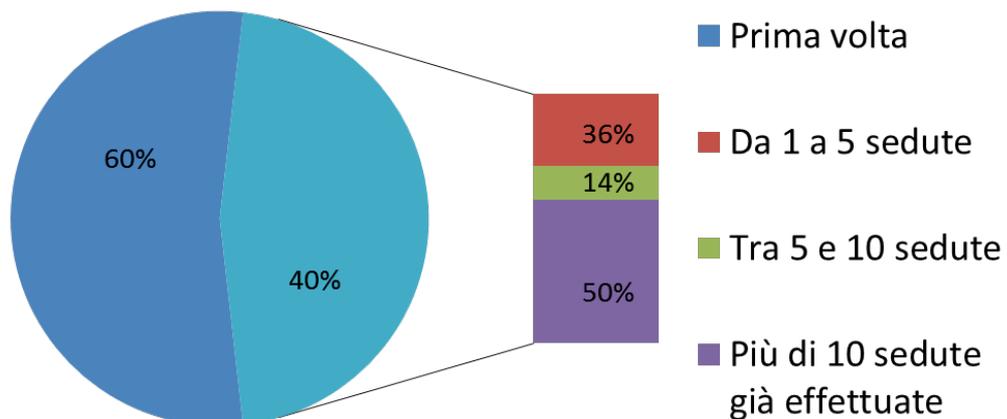


Fig. 7

La scelta di rivolgersi ad una consulenza a distanza è dovuta principalmente ad esigenze di supporto immediato ed alla comodità offerta dal servizio online: gli utenti assegnano il 31,4% ad entrambe le motivazioni. Mentre nessuno dichiara di preferire questo canale a causa dell'imbarazzo procurato da un eventuale incontro in presenza con lo Psicologo [Fig. 8].

Motivo della preferenza per il servizio online

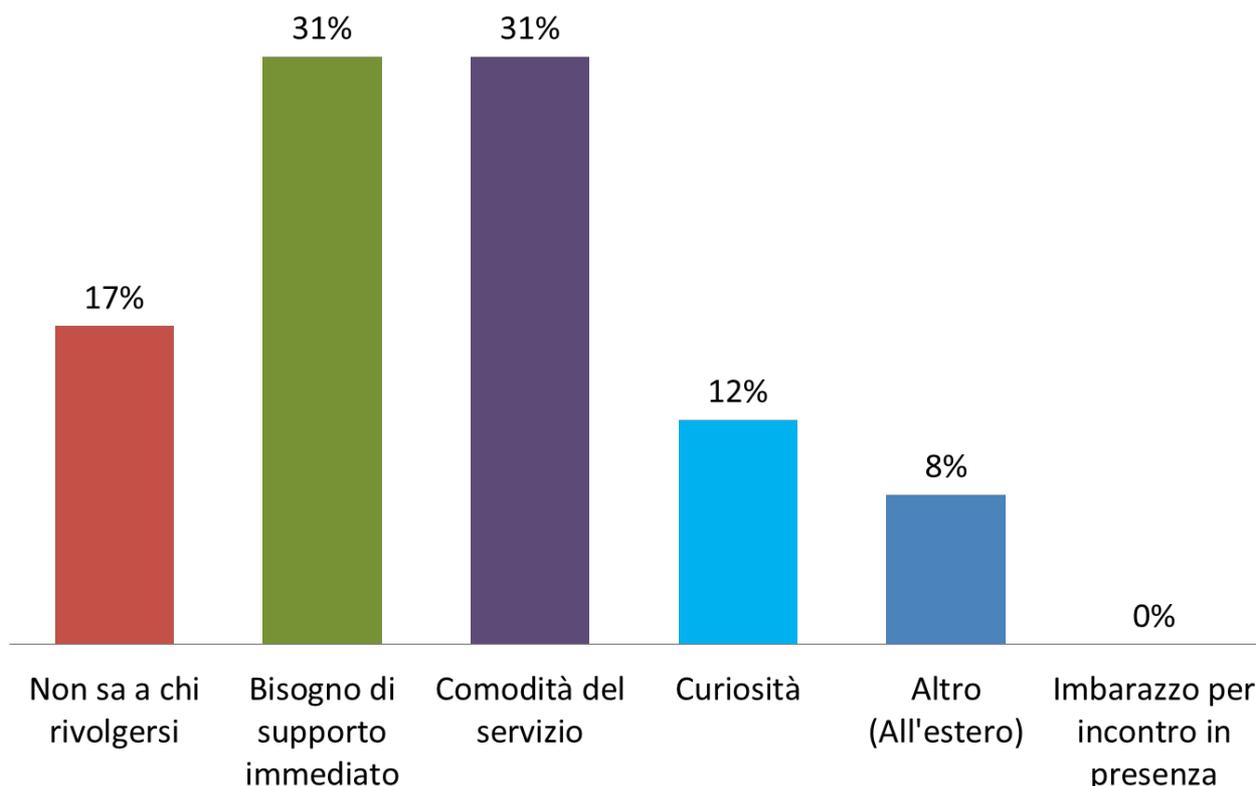


Fig. 8

Disturbi presentati

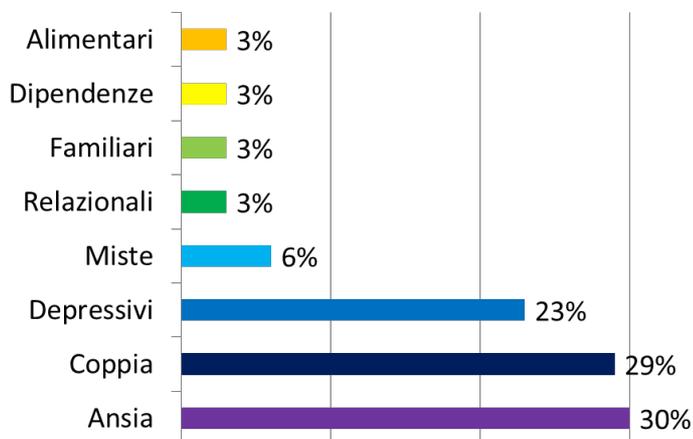


Fig. 9

La sfera di appartenenza delle problematiche per cui i soggetti sono portati a rivolgersi al servizio sono principalmente riferibili all'ansia. Subito successivi si assestano i valori relativi alle problematiche di coppia, seguiti da problemi depressivi [Fig. 9].

Una minoranza degli utenti ha disturbi misti ed a questi seguono i disturbi alimentari, relazionali e le dipendenze.

Il bisogno che muove più della metà degli utenti del servizio di ascolto via Skype è rappresentato dalla necessità di comprensione circa il proprio vissuto, seguito da una spinta alla risoluzione della problematica presentata. Solo una ristretta minoranza si rivolge agli Psicologi S.I.P.O. per un bisogno di dialogo [Fig. 10].

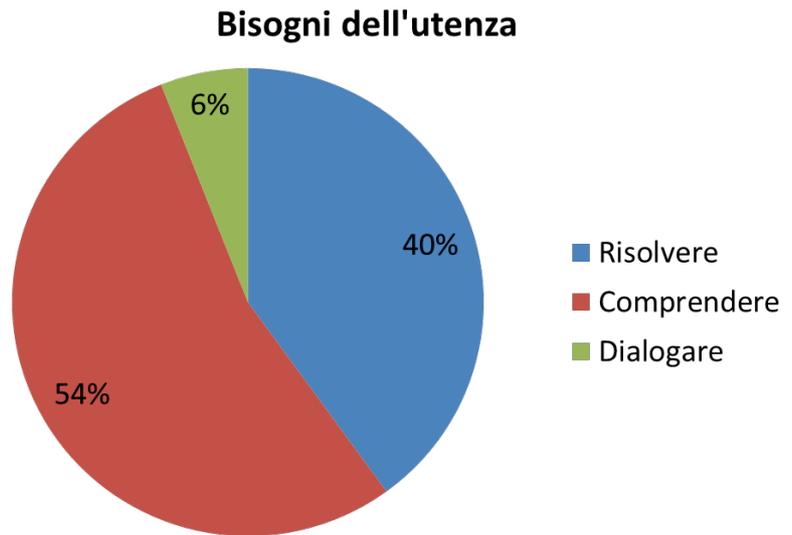


Fig. 10

Tra i soggetti che si rivolgono al servizio di consulenza via Skype vi è una buona motivazione alla prosecuzione, infatti oltre il 70% degli utenti interpellati dichiara di voler intraprendere un percorso di supporto con un livello di intensità da buono ad elevato, in Figura 11 i dettagli.

Motivazione ad intraprendere un percorso psicologico (minimo 4 incontri)

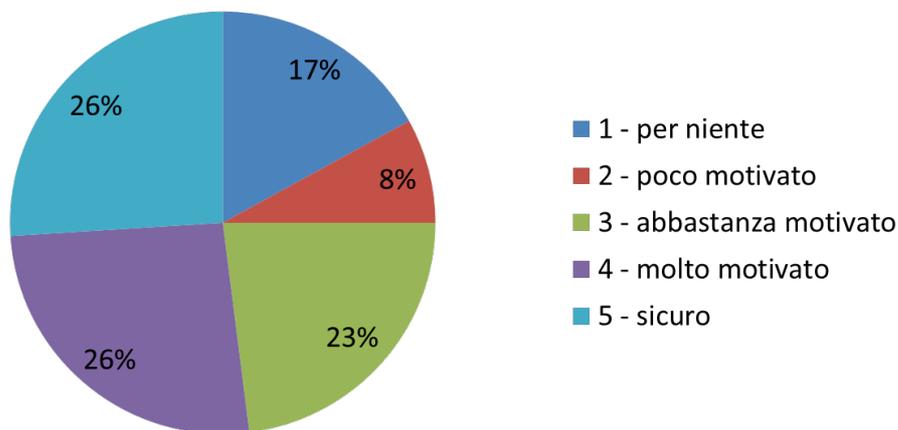


Fig. 11

Per proseguire nel percorso di supporto psicologico circa l'85% degli utenti interpellati preferirebbe una consulenza online, confermando la scelta del canale utilizzato per usufruire del servizio S.I.P.O. [Fig. 12].

È interessante notare che tra le persone che si sono dichiarate più motivate (oltre il 50% degli utenti se prendiamo solo i valori superiori al 4), l'83% proseguirebbe con un percorso online; mentre il 17% vorrebbe intraprendere un percorso dal vivo. Ciò consente di interpretare una tendenza a dare fiducia allo strumento online, un dato che supporta l'intento del S.I.P.O. di fornire un servizio sempre più specializzato sfruttando anche i canali a distanza.

Canale per proseguire il percorso

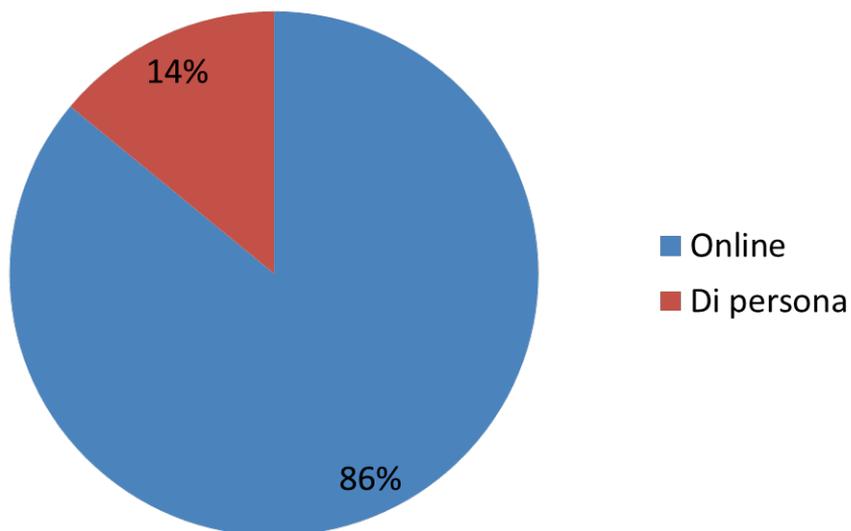


Fig. 12

Orientamenti futuri

Il Servizio Italiano di Psicologia è aperto a collaborazioni con enti e individui interessati ad approfondire vantaggi e svantaggi conseguenti alle nuove modalità di diffusione della cultura psicologica.

Continuerà pertanto l'attività di sportello via chat e di primo contatto via webcam, supportata da ulteriori proposte e servizi, che il team di psicologi e psicoterapeuti sta mettendo a disposizione a titolo volontario.

Nel 2014 saranno anche implementati dei gruppi psicoeducativi via webcam su tematiche specifiche e particolarmente salienti per l'utenza a oggi conosciuta tramite il SIPO.

Invitiamo tutti gli interessati ad eventuali collaborazioni o approfondimenti a contattare il nostro servizio scrivendo a direzione.sipo@gmail.com.

Conclusioni

Nel 2013 il SIPO ha fornito orientamento psicologico gratuito a 83 utenti, alcuni via chat, altri via webcam.

Il numero del campione è destinato ad aumentare nel corso dei prossimi mesi e questo porterà a dare sempre maggiore validità alle riflessioni preliminari che hanno accompagnato questo scritto.

Dall'analisi dei dati emerge che via chat l'utenza sia prevalentemente femminile e giovane (tra i 18 e i 25) con problemi d'ansia, familiari e dell'umore. Per quanto riguarda invece il servizio via Skype, l'utenza è equidistribuita tra uomini e donne, di età complessivamente maggiore rispetto alla chat e per problematiche ansiose, depressive e di coppia.

La scelta del canale online, nel servizio via chat, assume il senso di un primo approccio al problema in quanto dettata spesso dal non conoscere a chi affidarsi (nel 31% dei casi). Di fatto questo è un problema presente in chi sceglie Skype con una frequenza sostanzialmente dimezzata (17%).

La motivazione a continuare un percorso psicologico più strutturato dopo il primo incontro non cambia a seconda del mezzo utilizzato (chat o webcam). Però chi inizia via Skype è molto più motivato a continuare un percorso online rispetto a chi inizia via chat, che preferisce invece un contatto dal vivo per proseguire il percorso.

I responsabili del servizio



Luca Mazzucchelli

Fondatore e Responsabile clinico del SIPO

Psicologo, psicoterapeuta e giornalista pubblicitario, utilizza le nuove tecnologie per divulgare la cultura psicologica e per promuovere il benessere. Vice Presidente dell'Ordine degli Psicologi della Lombardia, ha coordinato per anni il gruppo di lavoro sulla "Psicologia e nuove tecnologie" per conto di OPL.

Sito personale: www.psicologo-milano.it | Email: l.mazzucchelli@gmail.com

YouTube: [Parliamo di Psicologia](#) | Facebook: [Parliamo di Psicologia](#) | Twitter: [psicologomilano](#)



Davide Algeri

Fondatore e Responsabile clinico del SIPO

Psicologo e psicoterapeuta, svolge la libera professione a Milano e da diversi anni cerca di coniugare la psicologia e le nuove tecnologie. Fondatore del Servizio Italiano di Psicologia Online, ha maturato diverse esperienze nel campo della realtà virtuale applicata alla psicologia e si interessa delle tecniche di posizionamento dei contenuti sul web per un'autopromozione efficace. Ha collaborato all'interno del gruppo di lavoro sulla "Psicologia e nuove tecnologie" per conto di OPL.

Sito personale: www.davidealgeri.com | Email: davide.algeri@gmail.com

Facebook: [Bacheca Psicologica](#) | Twitter: [psicologimilano](#)



Filippo Mantelli

Responsabile Sportello SIPO

Pedagogista, psicologo e psicoeducatore. Laureato con lode dapprima in Scienze dell'Educazione presso l'Università di Verona, poi in Psicologia Clinica ed Educativa presso l'Università Pontificia Salesiana di Venezia. Da diversi anni lavora in diversi servizi educativi rivolti all'infanzia e all'adolescenza. Svolge la propria attività come libero professionista a Verona, occupandosi prevalentemente di disturbi dell'apprendimento, disagio adolescenziale, nonché di attività clinica con adolescenti e adulti. Si sta specializzando presso la Scuola di Psicoterapia Integrativa.

Sito personale: www.psicoeducazione.wordpress.com | Email: filippo.mantelli@gmail.com

Facebook: [Filippo Mantelli – Psicologo Psicoeducatore](#)



Viola Nicolucci

Responsabile Marketing e Sviluppo SIPO

Psicologa e psicoterapeuta, svolge la libera professione come consulente online e ad Alessandria. Si è laureata in Psicologia Clinica e di Comunità presso L'Università Degli Studi di Torino. Ha poi conseguito un Master in Neuropsicologia dei Disturbi Cognitivi Acquisiti presso l'Università di Padova e si è infine specializzata come psicoterapeuta ad orientamento dinamico presso la Scuola di Specializzazione in Psicologia della Salute dell'Università di Torino.

Sito personale: <http://www.neuroviola.it> | Email: violanicolucci@gmail.com



Alice Carella

Responsabile Area Ricerca SIPO

Psicologia del Benessere, iscritta all'Albo degli Psicologi del Lazio e specializzanda in Psicodramma a orientamento dinamico. Collabora con l'Ass.ne "Casato Filo della Rosa", impegnata principalmente, ma non solo, a sostenere le donne vittime di abuso fisico e/o psicologico.

Organizza corsi di training autogeno per adulti e bambini, psicocineforum, gruppi di sostegno.

Sito personale: <http://www.psicologiattiva.com> | Email: alicecarella@libero.it

Facebook: <https://www.facebook.com/psicologaalice.carella> | Twitter: https://twitter.com/alice_carella



Sara Gabri

Collaboratrice Area Ricerca SIPO

Psicologa e Laureata con lode presso l'Università Cattolica del Sacro Cuore di Milano; ha successivamente conseguito un Dottorato di Ricerca in Psicologia nello stesso Ateneo dove, inoltre, presta docenza per il corso del Prof. Ripamonti.

A livello individuale interviene in ambito di disagio psicologico, crescita personale ed interpersonale, offrendo un supporto mirato al raggiungimento del benessere psico-fisico dell'individuo.

Sito personale: <https://sites.google.com/site/gabrisarapsicologa> | Email: s.gabri82@gmail.com

I nostri consulenti sportello chat

Simona Lauri

Sito personale: www.milano-psicologa.it

Viola Nicolucci

Sito personale: www.neuroviola.it

Paola Lorenzini

Sito personale: www.psicologo-corsico.it/

Valentina Maggiorelli

Samantha Dissette

I nostri consulenti sportello Skype

Simona Lauri

Sito personale: www.milano-psicologa.it

Viola Nicolucci

Sito personale: www.neuroviola.it

Paola Lorenzini

Sito personale: www.psicologo-corsico.it

Filippo Mantelli

Sito personale: www.psicoeducazione.wordpress.com

Gruppi di discussione

Problemi lavoro-correlati

Insonnia. Domande e risposte

Disturbi alimentari. Domande e risposte

Internet addiction e nuove dipendenze. Domande e risposte

Ansia: panico e fobie. Domande e risposte

Problemi di coppia. Domande e risposte

Linkografia

1. Sito del [gruppo AlgeriMazzucchelli.it](http://gruppo.AlgeriMazzucchelli.it) Il gruppo di psicologi e psicoterapeuti che coniugano la psicologia con le nuove tecnologie attraverso progetti pionieristici tra i quali una serie di applicazioni psicoeducative per iPhone, una web-tv interamente dedicata alla psicologia e il Servizio Italiano di Psicologia Online.
2. Sito ufficiale del [Servizio Italiano di Psicologia Online](http://ServizioItalianoDiPsicologiaOnline.it), da cui è possibile richiedere consultazioni psicologiche via webcam.
3. Profilo del [SIPO Sportello d'ascolto](https://www.facebook.com/SIPOSportelloDAscolto) su Facebook, dal quale si effettuano le chat con gli utenti del social network che hanno smarrito la bussola.
4. [Pagina fan SIPO](https://www.facebook.com/PaginaFanSIPO) su Facebook, dalla quale si può accedere a tutti i gruppi di discussione (visionabili nella colonna di sinistra).