



**POLITECNICO**  
MILANO 1863

**Sportello di Ascolto del Disagio Lavorativo**

## **SPORTELLO DI ASCOLTO DEL DISAGIO LAVORATIVO**

Lo Sportello di Ascolto del Disagio Lavorativo, istituito presso il CUG, fornisce un servizio di **consulenza su tematiche relazionali e organizzative** a quanti si trovino in situazione di **disagio nel proprio ambito lavorativo** ed è finalizzato ad individuare ipotesi e strategie di miglioramento e di risoluzione del problema. Il servizio è supportato da una psicologa esterna e garantisce massima riservatezza a chi vi si rivolge.

L'attività svolta è inquadrabile come attività di *counseling*: essa pone al centro della propria attenzione l'analisi della situazione problematica e l'individuazione delle possibili soluzioni, differendo pertanto dalla psicoterapia per obiettivi, tempi e metodi. Il ruolo della psicologa counselor è quello di facilitare il lavoro della persona in modo da rispettarne i valori, le risorse e la capacità di autodeterminazione. Durante il percorso verrà inoltre dato risalto alle risorse dell'individuo e al rafforzamento delle proprie competenze relazionali e di gestione dello stress.

L'intervento viene strutturato in un percorso della durata massima di cinque incontri, ripetibili se necessario, a cadenza settimanale o ogni due settimane in base alle disponibilità della persona:

- la prima fase del percorso consiste nell'accogliere il vissuto emotivo e il disagio portato dalla persona e nel fornire un primo consulto specialistico; qualora la persona sia intenzionata a proseguire, si procede con l'identificazione della problematica oggetto di intervento e delle risorse disponibili;
- le fasi successive sono mirate ad individuare strategie di intervento risolutive, per le quali ne viene di volta in volta valutata l'efficacia, in un'ottica di monitoraggio e supporto continui; gli interventi hanno un focus anche sulle risorse e competenze emotive della persona;
- se necessario, viene concordata la possibilità di proseguire il percorso oltre ai cinque colloqui o di valutare un incontro di follow-up a tre e sei mesi.

La referente dello sportello, Dott.ssa Alice Fattori, **riceve su appuntamento tutti i mercoledì pomeriggio, dalle 14 alle 18**, presso la sede del Comitato Unico di Garanzia - Edificio 10 del Campus Leonardo (qualora impossibilitati ad accedere nell'orario specificato, sarà cura della referente individuare una disponibilità alternativa).

**Per contattarla inviare una mail a [sportellodiascolto@polimi.it](mailto:sportellodiascolto@polimi.it)**

Politecnico di Milano  
Sportello di Ascolto del Disagio Lavorativo

Via Giuseppe Ponzio, 33  
20133 Milano  
[sportellodiascolto@polimi.it](mailto:sportellodiascolto@polimi.it)



**POLITECNICO**  
MILANO 1863

**Sportello di Ascolto del Disagio Lavorativo**

## **COUNSELLING DESK FOR WORK-RELATED DISTRESS**

The Counselling desk for work-related distress, active within Politecnico's CUG, provides a **support service on relational and organizational issues to those who find themselves in a situation of discomfort** in their own workplace, and is aimed at identifying hypotheses and strategies for improvement and resolution of the problem. The service is supported by an external psychologist and guarantees maximum confidentiality to those who turn to it.

The activity carried out can be framed as a counseling activity: it focuses on the analysis of the problematic situation and the identification of possible solutions, therefore differing from psychotherapy in terms of objectives, times and methods. The role of the counselor is to facilitate the work of the person in order to respect his/her values, resources and self-determination ability. Throughout the path, the individual's resources and the strengthening of relational and stress management skills will also be emphasized.

The intervention will consist of a maximum of five meetings, that can be prolonged if necessary, to be held weekly or every two weeks, based on the availability of the person:

- the first phase of the process consists in welcoming the emotional experience and discomfort brought by the person and in providing a first specialist consultation; if the person intends to continue, the problem of intervention and the available resources are identified;
- the subsequent phases are aimed at identifying decisive intervention strategies, for which their effectiveness is assessed from time to time, with a view to continuous monitoring and support; interventions also have a focus on the person's emotional resources and skills;
- if necessary, the possibility of extending the support, or of evaluating a follow-up meeting at three and six months, is agreed.

Dr. Alice Fattori is the person responsible of the service; **she receives by appointment every Wednesday afternoon, from 2 pm to 6 pm**, at the headquarters of the Unified Guarantee Committee - Building 10 - Leonardo Campus (if unable to access at the specified time, Dr. Fattori will identify a different schedule).

**To contact her, send an email to [sportellodiascolto@polimi.it](mailto:sportellodiascolto@polimi.it)**

Politecnico di Milano  
Sportello di Ascolto del Disagio Lavorativo

Via Giuseppe Ponzio, 33  
20133 Milano  
[sportellodiascolto@polimi.it](mailto:sportellodiascolto@polimi.it)