

Il *Counseling* è un intervento che si realizza nell'ambito di una relazione d'aiuto, la quale permette ad una persona in difficoltà, di portare propri specifici problemi, esprimere i sentimenti che prova e identificare possibili modalità di cambiamento, grazie alla presenza, l'ascolto e la comprensione di un operatore che accoglie la persona stessa.

Rispetto all'infezione da virus HIV, il counseling si realizza attraverso due intenti principali: *preventivo* (come possibilità di evitare e controllare l'infezione) e *supportivo* (come sostegno psico-sociale delle persone sieropositive e dei loro familiari). Il counseling HIV è un intervento che si realizza grazie alla relazione tra la persona che chiede aiuto e operatori sanitari (medici, infermieri...) o sociali (psicologi, educatori...).

Gli obiettivi del counseling hiv (O.M.S.), si definiscono nella prevenzione primaria e secondaria. Si realizza prevenzione primaria nel:

- proporre azioni di prevenzione dell'infezione;
- contribuire all'accettazione dei comportamenti di prevenzione;
- incoraggiare il cambiamento di comportamenti non sicuri;
- fornire supporto nei momenti di crisi.

Si fa prevenzione primaria a persone sicuramente sieronegative; a coloro che chiedono informazioni su propri comportamenti; a familiari/partner di persone sieropositive; agli operatori socio-sanitari a contatto diretto con persone sieropositive; ai cosiddetti *Worried-well* (Grieco M.): persone non a rischio, ma con una eccessiva preoccupazione per il problema AIDS.

Questi ultimi vivono una condizione morbosa di base, al limite con la psicopatologia e sviluppano sintomatologie ossessivo – compulsive, fino a presentare veri e propri disturbi ansiosi. Malgrado risultino negativi ai test ripetuti nel tempo, continuano ad interpretare come riconducibili ad infezione da HIV, sintomi fisici manifesti.

La prevenzione secondaria permette di:

- ridurre il rischio che persone hiv+ trasmettano ad altri il virus;
- mantenere il miglior stato fisico ed emotivo delle persone hiv+ e dei loro familiari;
- contribuire all'integrazione nei contesti socio-economici e relazionali.

Si fa prevenzione secondaria a persone preoccupate di aver contratto il virus e che si sottopongono al test, in seguito a comportamenti di rischio; persone sieropositive asintomatiche; persone malate di AIDS.

Va sottolineato che il focus del counseling hiv (così come dell'intervento di counseling in genere), è la persona (hiv+, a rischio di infezione o con ansia immotivata per la malattia, i familiari...), non il problema in sé: l'utente va facilitato a comprendere ed affrontare le implicazioni dell'infezione, in modo che possa attivare i comportamenti più idonei alla propria situazione.

Il counseling HIV è previsto in due fasi (pre e post test).

Prima di effettuare il test, l'incontro con il medico o altro sanitario, fornisce informazioni su aspetti tecnici dell'analisi, il periodo finestra, le implicazioni della diagnosi successiva. Valuta inoltre, il rischio effettivo del comportamento messo in atto, il livello di conoscenza e il grado di comprensione della persona, le sue motivazioni al test e se sono stati eseguiti altri test hiv, quali azioni e sintomi preoccupano.

Dopo aver eseguito il test, se tale risulta negativo, l'intervento di counseling permette di rinforzare e/o promuovere l'adozione di comportamenti sicuri. Se positivo, dà spazio allo sfogo della persona e ripristinato il controllo, consente di valutare insieme, operatore e utente, le implicazioni della sieropositività. Si aiuta nella presa di decisione per le azioni del prossimo futuro (es.: terapia, comunicazione ai partner...).

In caso di sieropositività, che si tratti di persone hiv+ asintomatiche (in cura o meno con gli anti-retrovirali), di persone con le prime infezioni opportunistiche o con AIDS conclamato, più o meno deabilite, il counseling permette di dare ascolto e supportare le crisi emotive, aiutare nella risoluzione dei problemi, supportare nella gestione e risoluzione di scelte conflittuali.

Oltre che nel vis à vis, il counseling hiv (come il counseling riguardante altri temi), può essere strumento di ascolto e risposta a quesiti formulati attraverso servizi on line.

Un servizio di conseling hiv on line è offerto dal sito Internet www.helpaids.it, che nasce nel 2001 a Modena, in seguito all'analisi dei bisogni degli utenti dell'ambulatorio *testing and counseling HIV* della Clinica di Malattie Infettive del Policlinico di Modena. Un'équipe di medici e psicologi attivamente coinvolti in servizi territoriali per l'HIV, risponde a chiunque desideri delucidazioni, informazioni o una parola di conforto, relativamente ad HIV, AIDS e altre malattie a trasmissione sessuale. Il sito è stato elaborato come strumento di facile consultazione, al fine di promuovere la prevenzione primaria e secondaria dell'HIV: si pone tra gli obiettivi, di dare informazioni efficaci in un linguaggio comprensibile, consentendo agli utenti di mettersi in contatto con esperti medici e psicologi, nonché incoraggiare l'accesso ai servizi, in un'ottica di prevenzione delle malattie e di promozione della salute.

I quesiti posti ad Helpaids riguardano:

- le modalità di trasmissione dell'HIV e delle altre malattie sessualmente trasmissibili;
- i comportamenti che si ritiene possano predisporre all'infezione;
- il test HIV, i servizi dove è possibile eseguirlo e le modalità e i tempi in cui bisogna sottoporsi a questo dopo un comportamento di rischio;
- la vita quotidiana delle persone sieropositive e dei loro familiari, la sintomatologia e i trattamenti farmacologici necessari per una soddisfacente qualità della vita.

Le situazioni descritte si dividono in due macro-categorie: vita sessuale e vita quotidiana (la frequenza è di 4 a 1). Altri aspetti riguardano: sollecitazioni (preghiere, attese, speranze), ringraziamenti, complimenti, scuse o lamentele.

Molte sono le richieste di ordine psicologico, come la ricerca di comprensione, rassicurazione, sostegno e aiuto. La condizione emotiva espressa prevalentemente, è relativa all'ansia, che si manifesta come paura (di aver contratto l'infezione, di averla potuta trasmettere, di eseguire il test), timore, preoccupazione, angoscia, terrore. Altra condizione è la depressione.

Ciò testimonia, anche tramite web, quante difficoltà emotive vengano associate, a torto o a ragione, al virus hiv. Il counseling (anche quello on line), si pone dunque come strumento di intervento che pone la persona, con i suoi dubbi e disagi, al centro di un possibile percorso di elaborazione e sostegno, emotivo e pratico, per la comprensione e possibile risoluzione del malessere legato all'infezione da HIV.

BIBLIOGRAFIA.

- Di Fabio A. (1999), *Il counseling nell'infezione e nella malattia da hiv*, in *Counseling, dalla teoria all'applicazione*; Giunti Firenze;
- Drovanti L., *Cercare sostegno nel cibernazio: un'analisi qualitativa di un servizio di counseling non line per l'HIV*; tesi di laurea c/o Università degli Studi di Firenze, Facoltà di Psicologia, anno accademico 2005/6;
- Galli, C. & Guaraldi, G. (2002), *Internet come strumento di counseling per l'infezione da HIV*. Retrieved 15 Settembre 2005, from <http://psiconline.it>;
- Grieco, M. (1995), *Il counseling nell'infezione da HIV: note metodologiche e indicazioni per un intervento psicologico*; *Rivista di sessuologia*, 19 (3), 266-274.