

Guarire i mali dell'anima: terapeuti a disposizione

Ventitré conferenze e colloqui gratuiti a chi li richiede

Margherita Portelli

■ Già da qualche anno maggio è il mese della psicologia, ma il 2015 segna una svolta a Parma. Dopo il successo locale delle campagne nazionali riguardanti il benessere e l'informazione in ambito psicologico degli scorsi anni, 19 professionisti parmigiani, in modo autonomo rispetto all'organizzazione nazionale, hanno infatti voluto dare seguito all'iniziativa, con ben 23 conferenze riguardanti 15 tematiche di grande attualità e interesse, e colloqui gratuiti volti a promuovere la cultura psicologica. Non solo, il «Mese di cultura psicologica a Parma», questo il nome dell'iniziativa, a partire dall'edizione 2015 interesserà non solo la città, ma anche la provincia, con incontri in programma a Felino, Collecchio e Sissa-Trecasali. Le referenti del gruppo di psicologi e psicoterapeuti che per un mese saranno a disposizione della cittadinanza, Paola Ziliani e Nicoletta Allegri, ci spiegano il significato del progetto: «Gli obiettivi? Diffondere un'adeguata cultura del benessere psicologico; sensibilizzare alla prevenzione del disagio psichico; facilitare l'incontro con lo psicologo e lo psicoterapeuta; divulgare corrette informazioni, sfatare pregiudizi e stigma sociale; incoraggiare e promuovere la cultura psicologica; far conoscere gli ambiti di applicazione della psicologia; fare chiarezza sulla professionalità dello psicologo e dello psicoterapeuta».

A partire da oggi un ricco calendario di iniziative prende il via: i professionisti coinvolti offriranno un primo colloquio gratuito a chiunque ne farà richiesta, mentre 23 appuntamenti tematici aperti al pubblico sono in programma a Parma e provincia; incontri informativi e a tema, nei quali si affronteranno i più svariati argomenti della nostra vita quotidiana,



Programma

Come combattere lo stress: stasera il primo incontro

■ Ecco i primi appuntamenti del fitto calendario del Mese di cultura psicologica. Stasera in borgo XX Marzo 26, al Parma Vela, alle 21, si parlerà di «Combattere lo stress: impariamo come individuare ed affrontare i pensieri tossici».

Domani «Traumi e violenze: possibili vie d'uscita» sarà l'argomento dell'incontro nella sede dell'Assistenza pubblica, in viale Gorizia, alle 20.30. Alla biblioteca di Sissa e Trecasali si approfondirà il tema «Happy family: istruzioni per l'uso», mercoledì alle 21. «Il Sogno: viaggio guidato nel mondo dell'onirico» sarà invece l'argomento della serata in pro-

gramma giovedì, nella sede provinciale dell'Avis di Parma, in via Mori a San Pancrazio, alle 20.30. Venerdì si chiude la settimana con «Intelligenza emotiva per costruire buone relazioni», a Collecchio, alle 21, nella sede del centro diurno Pedemontana sociale, alla Casa della salute di via Berlinguer.

Tutti gli incontri sono gratuiti, ma il numero di posti disponibili è limitato ed è necessaria la prenotazione, per conoscere i contatti a cui comunicare la propria partecipazione a ciascun incontro si può visitare il sito www.culturapsicologicaparma.it.

indagati attraverso la lente della psicologia. «L'iniziativa ha come obiettivo la divulgazione di un'adeguata cultura sul benessere psicologico con corrette informazioni, sfatando pregiudizi e stigma sociale al fine di promuovere la conoscenza delle molte forme del sapere psicologico, che trovano applicazione al giorno d'oggi» sottolineano le esperte. Si stima che in Italia siano indicativamente 10 milioni le persone che soffrono di disturbi di tipo psicologico: il «Mese di cultura psicologica a Parma» vorrebbe, dunque, rappresentare un'occasione per avvicinare le persone all'idea del «benessere psicologico», riconoscendone la natura articolata e mettendone in evidenza la dimensione psichica, fisica e sociale. Per consultare il calendario completo degli incontri e l'elenco di psicologi e psicoterapeuti coinvolti, disponibili quindi a offrire un primo colloquio gratuito, è sufficiente visitare il sito www.culturapsicologicaparma.it. ♦