

PATROCINI MIP 2 - EDIZIONE 2009 *

ORDINI REGIONALI PSICOLOGI

CAMPANIA

LOMBARDIA

UMBRIA

REGIONI

LAZIO

PROVINCE

FIRENZE

GENOVA

LATINA

RIMINI

ROMA

VENEZIA

VITERBO

CIRCOSCRIZIONI O QUARTIERI

QUARTIERE NAVILE (BOLOGNA)

COMUNI

ALBENGA (SAVONA)

ALBISOLA MARE (SAVONA)

ALBISOLA SUPERIORE (SAVONA)

BERGAMO

BERGEGGI (SAVONA)

CAIRO (SAVONA)

FINALE (SAVONA)

GENOVA

LATINA

MANTOVA

MIRANO (VENEZIA)

MORTARA (PAVIA)

NOLI (SAVONA)

PIETRA LIGURE (SAVONA)

PONTINIA (LATINA)

ROMA

SAVONA

SETTIMO TORINESE (TORINO)

TERNI

VARAZZE (SAVONA)

VENARIA REALE (TORINO)

VIGEVANO (PAVIA)

VITERBO

*LA RICHIESTA DI PATROCINIO È STATA EFFETTUATA SOLO IN QUELLE REGIONI DOVE IL NUMERO DI PSICOLOGI/INIZIATIVE ERA ADEGUATO ALL'IMPORTANZA DELLA RICHIESTA.



MAGGIO DI INFORMAZIONE PSICOLOGICA

COS'E' E COME SI SVOLGE

Il **MIP, Maggio di Informazione Psicologica**, è un'iniziativa di **Psycommunity**, la comunità virtuale degli psicologi italiani che si impegnano, a titolo volontario, a promuovere eventi e manifestazioni culturali inerenti la psicologia.

Il MIP, che avrà luogo per il secondo anno consecutivo, si pone gli obiettivi di

- 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 e sfatare pregiudizi
- incoraggiare e promuovere la cultura psicologica in Italia
- far conoscere gli ambiti di applicazione della psicologia
- fare chiarezza sulla professionalità dello psicologo e dello psicoterapeuta

PER TUTTO IL MESE DI MAGGIO 2009

740 PSICOLOGI, PRESENTI IN TUTTE LE CITTÀ ITALIANE

*metteranno gratuitamente la propria esperienza e le proprie conoscenze a disposizione delle persone, incontrandole e fornendo informazioni sulla **prevenzione** e sul **benessere psicologici**, sulla **psicologia** e sugli **psicologi***

GLI PSICOLOGI OFFRIRANNO UN COLLOQUIO PSICOLOGICO GRATUITO

a chi ne farà richiesta, presso lo studio più vicino al luogo di residenza dell'utente

222 INIZIATIVE, SEMINARI, INCONTRI A TEMA ED ESPERIENZIALI GRATUITI

si svolgeranno presso gli studi degli psicologi e presso luoghi pubblici

OGNI UTENTE DEL MIP RICEVERÀ MATERIALE INFORMATIVO GRATUITO

PER SCEGLIERE PSICOLOGO E INIZIATIVA, PRENOTARSI, INFORMARSI

WWW.PSICOLOGIMIP.IT ∞∞∞ INFO@PSICOLOGIMIP.IT



MAGGIO DI INFORMAZIONE PSICOLOGICA

CHE COS'È E PERCHÉ IL MIP

"Tanto tempo fa, l'uomo ascoltava con stupore un suono di colpi regolari che veniva dal suo petto e non si immaginava certo che cosa fosse. Non riusciva a identificarsi con una cosa tanto estranea e sconosciuta come il corpo. Il corpo era una gabbia e al suo interno c'era qualcosa che guardava, ascoltava, aveva paura, rifletteva e si stupiva; questo qualcosa, questo resto lasciato dalla sottrazione del corpo, era l'anima". (Milan Kundera)

La nostra esistenza dipende da un sottile equilibrio tra parti, un equilibrio che deve rispettare necessariamente i bisogni del corpo al pari di quelli della mente e dell'anima. Oggi questo equilibrio è continuamente minacciato dal nostro stile di vita che tende a trascurare, in funzione della velocità e del progresso, i nostri bisogni più profondi e le necessità della nostra anima. Quando dimentichiamo di prenderci cura di una parte di noi, anche le altre ne soffrono. Da questa condizione di divisione che affligge l'uomo moderno, emerge e dilaga un disagio diffuso che è sotto i nostri occhi, ma che spesso non riusciamo a valutare nella sua gravità. E' il disagio che noi per primi alberghiamo. Ma è anche il disagio che osserviamo ogni giorno intorno a noi, nel mondo che ci circonda.

Ci siamo mai chiesti perché sempre più persone soffrono di depressione, ansia, insonnia, stress, oppure fanno abuso di alcol e sostanze stupefacenti? Perché sono in aumento le violenze e le difficoltà relazionali all'interno delle famiglie e nei vari contesti sociali? E addirittura perché, per la prima volta nella storia recente, il panorama del disagio si fa più evidente quando concentriamo l'osservazione sulle fasce di popolazione più giovani? E scopriamo all'ordine del giorno il bullismo nelle scuole e tra coetanei, fin dalla tenera età. Per non parlare di un'infinità di altre problematiche che denunciano una disarmonica condizione di rapporto con se stessi e con gli altri.

MAGGIO DI INFORMAZIONE PSICOLOGICA

Quando, poi, ci troviamo a vivere una condizione di crisi economica, come quella che attraversa il mondo in questi mesi, le nostre reazioni psichiche e fisiche tendono a modificarsi. Alcune ricerche dimostrano che nei paesi occidentali una persona su quattro va incontro, nel corso della propria esistenza, ad un problema di salute mentale. Ma, nei periodi di recessione economica, questo tipo di problemi tendono statisticamente ad aumentare. In condizioni di disagio, la nostra vita e il nostro equilibrio psicofisico possono subire una brusca modificazione. E' stato osservato che, in queste circostanze, molte persone si trovano a dover affrontare relazioni familiari più tese e notti insonni, e aumentano globalmente nella popolazione il rischio di stress e quello di depressione.

Allo scopo di ridurre il disagio sociale e i costi sanitari dell'aumento prevedibile di tali disturbi in periodo di crisi, proprio di recente il governo inglese ha stanziato un'ingente quantità di sterline per fornire supporto psicologico gratuito alle persone che perdendo il lavoro, e non riuscendo a pagare i propri debiti, cominciano a manifestare sintomi depressivi e ansiosi. E' stato calcolato che il costo sociale di un intervento sanitario tradizionale sarebbe economicamente insostenibile e per di più non risolutivo sul piano clinico, mentre un intervento, gestito da psicologi e psicoterapeuti, abbatterebbe a cifre sostenibili i costi e produrrebbe dei risultati clinici stabili nel tempo.

A tutto questo, anche in Italia, seppure senza finanziamenti, la psicologia e gli psicologi cercano di fornire una risposta, andando a studiare le cause del malessere e, scendendo in campo, come fa Psycommunity, per fornire strumenti di conoscenza e di prevenzione del disagio psico-fisico che affligge tutti noi.

Se imparassimo a conoscerci meglio e ad occuparci dei bisogni della nostra psiche, così come facciamo per quelli del nostro corpo, la qualità della nostra vita migliorerebbe automaticamente, e una condizione di benessere accompagnerebbe i nostri giorni.

Proprio allo scopo di promuovere una cultura del benessere, gli psicologi del MIP organizzano ogni anno una campagna di informazione e di prevenzione psicologica, analoga a tante iniziative cui siamo più abituati e che promuovono il benessere fisico. Poiché costituiamo un'unità psicofisica, non potremo mai raggiungere

MAGGIO DI INFORMAZIONE PSICOLOGICA

una condizione di benessere fisico trascurando il nostro benessere psicologico.

Il MIP, Maggio di Informazione Psicologica, è un'iniziativa di Psycommunity, la comunità virtuale degli psicologi italiani che si impegnano, a titolo volontario, a promuovere eventi e manifestazioni culturali inerenti la psicologia. Molte sono le potenzialità applicative della psicologia per il benessere dell'individuo, della coppia, della famiglia, dei gruppi e della società.

Il MIP, che avrà luogo per il secondo anno consecutivo, si pone gli obiettivi di diffondere un'adeguata cultura del benessere psicologico; di sensibilizzare alla prevenzione del disagio psichico; di facilitare l'incontro con lo psicologo e lo psicoterapeuta; di divulgare corrette informazioni e sfatare pregiudizi; d'incoraggiare e promuovere la cultura psicologica in Italia; di far conoscere gli ambiti di applicazione della psicologia; di fare chiarezza sulla professionalità dello psicologo e dello psicoterapeuta.

Per tutto il mese di maggio 2009, 740 psicologi, presenti in tutte le città italiane, metteranno gratuitamente la propria esperienza e le proprie conoscenze a disposizione delle persone, incontrandole e fornendo informazioni sulla prevenzione e sul benessere psicologici, sulla psicologia e sugli psicologi.

Gli psicologi offriranno un colloquio psicologico gratuito a chi ne farà richiesta, presso lo studio più vicino al luogo di residenza dell'utente.

Si svolgeranno, inoltre, presso gli studi degli psicologi e presso luoghi pubblici, 222 iniziative, seminari, incontri a tema ed esperienziali del tutto gratuiti a carattere informativo su tutti gli ambiti di applicazione della psicologia.

Ogni utente del MIP, inoltre, riceverà materiale informativo gratuito.

Per trovare gli psicologi aderenti della propria città e scegliere quello più vicino, per decidere a quale delle iniziative in programma partecipare, per prenotarsi e informarsi, è sufficiente visitare il sito: www.psicologimip.it, scrivere a info@psicologimip.it o telefonare al referente della propria zona di residenza, che fornirà tutte le indicazioni necessarie.



222 INIZIATIVE MIP 2 NELLE VARIE REGIONI ITALIANE

ORGANIZZATE PER REGIONE, PROVINCIA, COMUNE, TITOLO, GIORNO E ORARIO D'INIZIO

ABRUZZO **CAMPANIA** EMILIA ROMAGNA **REPUBBLICA DI SAN MARINO**

FRIULI VENEZIA GIULIA **LAZIO** LIGURIA **LOMBARDIA** MARCHE **PIEMONTE** PUGLIA **SICILIA** TOSCANA **UMBRIA** VENETO

ABRUZZO

- 1) I DISTURBI SPECIFICI DELL'APPRENDIMENTO: DIAGNOSI E INTERVENTO 23/05/2009 15 :00 AQ L'AQUILA
- 2) ESSERE GENITORI: PENSIERI ED EMOZIONI 02/05/2009 10 :00 CH CASOLI
- 3) ASPETTARE UN BAMBINO: PENSIERI ED EMOZIONI 02/05/2009 16 :00 CH CASOLI
- 4) LA SEPARAZIONE E IL CICLO VITALE DELLA COPPIA 06/05/2009 18 :00 PE PESCARA
- 5) ALLA SCOPERTA DELLA COMUNICAZIONE 16/05/2009 15 :30 PE PESCARA
- 6) IN TERAPIA DALLO PSICOLOGO... COME, QUANDO E PERCHÉ 21/05/2009 17 :30 PE PESCARA
- 7) I FIGLI NELLA SEPARAZIONE/DIVORZIO 27/05/2009 18 :00 PE PESCARA
- 8) LA QUALITÀ DELLE RELAZIONI FAMILIARI E IL BENESSERE DEL BAMBINO 30/05/2009 9 :30 PE PESCARA
- 9) SAPER ASCOLTARE PER COSTRUIRE RELAZIONI POSITIVE 31/05/2009 18 :00 PE PESCARA

CAMPANIA

- 1) VORREI ANDARE DALLO PSICOLOGO, MA... 09/05/2009 10 :00 NA ACERRA
- 2) SAPER RESPIRARE & SAPER COMUNICARE: LA PERSONA TRA EMOZIONI, MENTE E CORPO - UN APPROCCIO OLISTICO ALLA VITA! 06/05/2009 17 :30 NA NAPOLI
- 3) RELAZIONI D'AMORE DI COPPIA E TRA GENITORI E FIGLI 09/05/2009 17 :00 NA NAPOLI
- 4) LA SEPARAZIONE E I CONFLITTI FAMILIARI: UN GRUPPO DI GENITORI 09/05/2009 12 :00 NA NAPOLI
- 5) SAPER RESPIRARE & SAPER COMUNICARE: LA PERSONA TRA EMOZIONI, MENTE E CORPO - UN APPROCCIO OLISTICO ALLA VITA! 13/05/2009 17 :30 NA NAPOLI
- 6) RELAZIONI D'AMORE DI COPPIA E TRA GENITORI E FIGLI 16/05/2009 17 :00 NA NAPOLI
- 7) SAPER RESPIRARE & SAPER COMUNICARE: LA PERSONA TRA EMOZIONI, MENTE E CORPO - UN APPROCCIO OLISTICO ALLA VITA! 20/05/2009 17 :30 NA NAPOLI
- 8) GENO-PSICOSTORY-COSTELLATA 22/05/2009 16 :30 NA NAPOLI
- 9) RELAZIONI D'AMORE DI COPPIA E TRA GENITORI E FIGLI 23/05/2009 17 :00 NA NAPOLI
- 10) SAPER RESPIRARE & SAPER COMUNICARE: LA PERSONA TRA EMOZIONI, MENTE E CORPO - UN APPROCCIO OLISTICO ALLA VITA! 27/05/2009 17 :30 NA NAPOLI
- 11) COMUNICAZIONE E SOGNI – I SOGNI... SON DESIDERI?... - PUÒ ESISTERE UN SOGNO DI GRUPPO? 29/05/2009 18 :00 NA NAPOLI
- 12) RELAZIONI D'AMORE DI COPPIA E TRA GENITORI E FIGLI 30/05/2009 17 :00 NA NAPOLI
- 13) RELAZIONI FAMILIARI IN CRISI: CONSULENZA, COUNSELING, TERAPIA E MEDIAZIONE FAMILIARE. QUALI DIFFERENZE E QUALI FIGURE PROFESSIONALI 30/05/2009 11 :00 NA NAPOLI
- 14) ANTISTRESS: UN INCONTRO "EN PLAIN AIR" PER RINFRANCARE IL CORPO E LA MENTE E RILASSARCI CON LA MEDITAZIONE... E NON SOLO 31/05/2009 10 :00 NA NAPOLI
- 15) VORREI ANDARE DALLO PSICOLOGO, MA... 23/05/2009 10 :00 NA POMIGLIANO D'ARCO

EMILIA ROMAGNA

- 1) AMORE, SESSUALITÀ E DISTURBI DEL SÉ 05/05/2009 21 :00 BO BOLOGNA
- 2) ADOLESCENZA: IL CORPO CHE CAMBIA, I CONFLITTI, LA SESSUALITÀ ED INTERNET 06/05/2009 20 :45 BO BOLOGNA
- 3) VITTIMA-AGGRESSORE: IDENTIKIT DI UNA RELAZIONE 07/05/2009 21 :30 BO BOLOGNA
- 4) SESSIONE APERTA DI PSICODRAMMA E TECNICHE ATTIVE. SPUNTI E IDEE PER CONOSCERE MEGLIO NOI STESSI E GLI ALTRI 07/05/2009 20 :45 BO BOLOGNA
- 5) ANSIA: CONOSCKERLA, CALMARLA, SUPERARLA EFFICACEMENTE 13/05/2009 20 :45 BO BOLOGNA
- 6) LA PERSONA E LA FAMIGLIA: UN PUNTO DI VISTA SISTEMICO, LE COSTELLAZIONI FAMILIARI 16/05/2009 16 :00 BO BOLOGNA
- 7) TECNICHE PSICOLOGICHE EFFICACI PER SUPERARE L'ANSIA E GESTIRE LO STRESS:
IL TRAINING AUTOGENO, LA VISUALIZZAZIONE CREATIVA, LA MEDITAZIONE 18/05/2009 20 :30 BO BOLOGNA
- 8) LE DIPENDENZE DEL NUOVO MILLENNIO: COCAINA, GIOCO D'AZZARDO, DISTURBI ALIMENTARI. COSA SUCCEDDE AI GIOVANI? 20/05/2009 20 :45 BO BOLOGNA
- 9) AMORE, SESSUALITÀ E DISTURBI DEL SÉ 20/05/2009 21 :00 BO BOLOGNA
- 10) VITTIMA-AGGRESSORE: IDENTIKIT DI UNA RELAZIONE. IL CONTESTO EXTRAFAMILIARE 21/05/2009 21 :30 BO BOLOGNA
- 11) PERCORSI FANTASTICI: I TEATRI DELLA MENTE 22/05/2009 21 :00 BO BOLOGNA
- 12) L'ANSIA: CONOSCKERLA E CURARLA IN BASE ALLE PROPRIE CARATTERISTICHE DI PERSONALITÀ 24/05/2009 17 :00 BO BOLOGNA
- 13) LE RELAZIONI UMANE: 1) NELLA COPPIA 2) NELL'AMBITO LAVORATIVO 3) TRA GENITORI E FIGLI.
LE CARATTERISTICHE, I CONFLITTI E IL RUOLO DELLO PSICOLOGO 27/05/2009 20 :45 BO BOLOGNA
- 14) LABORATORIO ESPERIENZIALE "LA RELAZIONE IN ALTALENA" 13/05/2009 20 :30 BO CASTEL MAGGIORE
- 15) LABORATORIO ESPERIENZIALE "LA RELAZIONE IN ALTALENA" 20/05/2009 20 :30 BO CASTENASO
- 16) AUTOSTIMA E RELAZIONI: LA RELAZIONE NELLA COPPIA E OLTRE LA COPPIA: UOMO/DONNA - GENITORI/FIGLI 06/05/2009 18 :30 FE FERRARA
- 17) RILASSAMENTO E VISUALIZZAZIONE CORPOREA 07/05/2009 18 :30 FE FERRARA
- 18) LA COMUNICAZIONE E L'IMPORTANZA DI "VEDERE GLI ALTRI". COME MIGLIORARE LA RELAZIONE CON SE STESSI E CON CHI CI STA ATTORNO 15/05/2009 21 :00 FE FERRARA
- 19) RILASSAMENTO E VISUALIZZAZIONE CORPOREA 20/05/2009 18 :30 FE FERRARA
- 20) AUTOSTIMA E RELAZIONI: LA RELAZIONE NELLA COPPIA E OLTRE LA COPPIA: UOMO/DONNA - GENITORI/FIGLI 21/05/2009 18 :30 FE FERRARA
- 21) AMICA ANSIA. SCOPRIAMO I SUOI SEGRETI PER VIVERE MEGLIO 13/05/2009 21 :00 MO MEDOLLA
- 22) I DISTURBI DEL COMPORTAMENTO ALIMENTARE: COSA SONO E COME TRATTARLI 08/05/2009 19 :00 RE REGGIO EMILIA
- 23) I DISTURBI DEL COMPORTAMENTO ALIMENTARE: COSA SONO E COME TRATTARLI 15/05/2009 19 :00 RE REGGIO EMILIA
- 24) I DISTURBI DEL COMPORTAMENTO ALIMENTARE: COSA SONO E COME TRATTARLI 22/05/2009 19 :00 RE REGGIO EMILIA
- 25) LA DEPRESSIONE: UN MALE NON PIÙ COSÌ OSCURO 07/05/2009 20 :30 RN MORCIANO DI ROMAGNA
- 26) UN GENITORE QUASI PERFETTO.
INCONTRO TEORICO-ESPERIENZIALE SULL'ESSERE GENITORI OGGI 14/05/2009 20 :30 RN MORCIANO DI ROMAGNA
- 27) L'ANSIA TRA IL NORMALE ED IL PATOLOGICO 21/05/2009 20 :30 RN MORCIANO DI ROMAGNA
- 28) LA CONFLITTUALITÀ NELLA COPPIA: DALLA NORMALITÀ ALLA PATOLOGIA 28/05/2009 20 :30 RN MORCIANO DI ROMAGNA
- 29) DOLORE DEL CORPO, DOLORE DELLA MENTE 13/05/2009 20 :30 RN RICCIONE
- 30) EMOZIONI E CONOSCENZA DI SÉ 06/05/2009 9 :00 RN RIMINI
- 31) SAPER ASCOLTARE PER COSTRUIRE RELAZIONI POSITIVE 23/05/2009 15 :30 RN RIMINI

REPUBBLICA SAN MARINO

- 1) CIBO E PSICHE 21/05/2009 20 :00 RSM REPUBBLICA SAN MARINO

FRIULI VENEZIA GIULIA

1) ESSERE GENITORI DI UN ADOLESCENTE 16/05/2009 17 :30 FVG TS TRIESTE

LAZIO

- 1) LA RELAZIONE SANA E LE DIPENDENZE AFFETTIVE 23/05/2009 10 :00 FR ALATRI
- 2) LA NUOVA IPNOSI: APPLICAZIONI OPERATIVE 09/05/2009 15 :30 LT APRILIA
- 3) TRAINING AUTOGENO: UN ALLEATO CONTRO L'ANSIA 16/05/2009 15 :00 LT FONDI
- 4) IL TRAINING AUTOGENO: UN'ESPERIENZA UNICA DI RILASSAMENTO PER MODIFICARE IL CORPO E LO SPIRITO 17/05/2009 17 :00 LT FORMIA
- 5) IL PENSIERO COME STRUMENTO PER SUPERARE ANSIA E DEPRESSIONE: L'APPRENDIMENTO DI UN METODO DI GESTIONE DELLE PROPRIE EMOZIONI 24/05/2009 17 :00 LT FORMIA
- 6) IL BENESSERE PSICOLOGICO. COME TROVARE SOLLIEVO DALLO STRESS ED AFFRONTARE I PROBLEMI QUOTIDIANI CON MAGGIORE SERENITÀ 15/05/2009 18 :30 RM ALBANO LAZIALE
- 7) ISTRUZIONI PER ESSERE FELICI 05/05/2009 18 :00 RM CAMPOLEONE LANUVIO
- 8) COME DIRE NO! 13/05/2009 18 :00 RM CAMPOLEONE LANUVIO
- 9) LA PREVENZIONE E LA GESTIONE DELLO STRESS NELLA TUA PROFESSIONE E NELLA TUA VITA 07/05/2009 19 :30 RM CIAMPINO
- 10) DALLO PSICOLOGO?... NON SONO MICA MATTO! PARLIAMO INSIEME DI BENESSERE E PSICOLOGIA 30/05/2009 16 :00 RM FONTE NUOVA
- 11) DIAGNOSI PSICHIATRICA E DIAGNOSI PSICOLOGICA 16/05/2009 10 :30 RM MARINO LAZIALE
- 12) LA BIOENERGETICA: RITROVARE IL BENESSERE ATTRAVERSO L'ASCOLTO DEL PROPRIO CORPO 15/05/2009 18 :00 RM MONTEROTONDO
- 13) DALLO PSICOLOGO?... NON SONO MICA MATTO! PARLIAMO INSIEME DI BENESSERE E PSICOLOGIA 23/05/2009 16 :00 RM MONTEROTONDO
- 14) IMMAGINI ALLO SPECCHIO: LA FOTOGRAFIA E IL VIDEO NELLA RELAZIONE DI AIUTO 04/05/2009 19 :00 RM ROMA
- 15) GENITORIALITÀ "EFFICACE" 05/05/2009 19 :00 RM ROMA
- 16) ARTITERAPIE: UN CONTRIBUTO ALLA PROMOZIONE DEL BENESSERE PSICO-FISICO 06/05/2009 19 :30 RM ROMA
- 17) DALLO PSICOLOGO?... NON SONO MICA MATTO! 07/05/2009 16 :00 RM ROMA
- 18) GENITORI... ALLENATORI EMOTIVI 08/05/2009 17 :00 RM ROMA
- 19) AMATA SIGARETTA, MI PIACI, MA MI OPPRIMI! 08/05/2009 15 :00 RM ROMA
- 20) LA PRATICA DELLA MINDFULNESS NEL TRATTAMENTO DELL'ANSIA E DELLA DEPRESSIONE 09/05/2009 9 :30 RM ROMA
- 21) ANSIA: CONOSCKERLA PER IMPARARE A GESTIRLA 09/05/2009 9 :30 RM ROMA
- 22) LAVORARE CON LA DEPRESSIONE POST PARTUM 09/05/2009 10 :00 RM ROMA
- 23) PSICOLOGIA DELL'ETÀ EVOLUTIVA: BAMBINI SEGNALATI DAGLI INSEGNANTI, QUALE RAPPORTO TRA GENITORI E SCUOLA 11/05/2009 17:00 RM ROMA
- 24) LA BIOENERGETICA: RITROVARE IL BENESSERE ATTRAVERSO L'ASCOLTO DEL PROPRIO CORPO 12/05/2009 17 :00 RM ROMA
- 25) LA MEDIAZIONE FAMILIARE: UN INTERVENTO IN "NOME DEL MINORE" 14/05/2009 19 :00 RM ROMA
- 26) AUTISMO: COLLABORAZIONE TRA GENITORI E OPERATORI 15/05/2009 15 :30 RM ROMA
- 27) NON SOLO COMPITI MA AFFETTI: "MI FIDO DI TE!". EDUCAZIONE PSICOAFFETTIVA A SCUOLA 15/05/2009 17 :30 RM ROMA
- 28) ANSIA: CONOSCKERLA PER IMPARARE A GESTIRLA 16/05/2009 9 :30 RM ROMA
- 29) GENITORI OGGI: RISCHI E RISORSE 16/05/2009 11 :30 RM ROMA
- 30) APPROCCIO RIABILITATIVO AI DISTURBI DELL'APPRENDIMENTO E IMPLICAZIONE NELLE DINAMICHE FAMILIARI 16/05/2009 10 :00 RM ROMA
- 31) COME FUNZIONA UNA PSICOTERAPIA? 17/05/2009 11 :00 RM ROMA
- 32) OLTRE LA MASCHERA: UN VIAGGIO DIETRO LE QUINTE DEL PERSONAGGIO CHE PORTA IL TUO NOME 18/05/2009 17 :30 RM ROMA
- 33) AFFETTO & SESSUALITÀ. IL DESTINO DELL'AMORE ROMANTICO 18/05/2009 18 :00 RM ROMA
- 34) MOBBING FAMILIARE 19/05/2009 10 :00 RM ROMA
- 35) PER NON ABBOCCARE AL BULLISMO: UN ADULTO PER AMICO! PREVENZIONE E CONTRASTO AL BULLISMO 20/05/2009 17 :30 RM ROMA
- 36) STALKING, MOBBING FAMILIARE, SINDROME DA ALIENAZIONE PARENTALE 22/05/2009 10 :30 RM ROMA
- 37) IL BULLISMO: IMPARIAMO A RICONOSCKERLO 22/05/2009 14 :30 RM ROMA

- 38) GENITORI RIGIDI, GENITORI FLESSIBILI, CHI HA TORTO E CHI HA RAGIONE? 22/05/2009 17 :00 RM ROMA
- 39) I DISTURBI DELL'ALIMENTAZIONE: UNA MALATTIA DELLA MODERNITÀ 22/05/2009 14 :00 RM ROMA
- 40) AMATA SIGARETTA: MI PIACI MA VOGLIO LIBERARMI DI TE! 22/05/2009 17 :00 RM ROMA
- 41) SIAMO QUELLO CHE PENSIAMO DI ESSERE? 23/05/2009 10 :00 RM ROMA
- 42) GRUPPO E CINEMA 23/05/2009 16 :00 RM ROMA
- 43) L'ADOLESCENZA TRA PROTESTA E ATTACCAMENTO: ALLA RICERCA DI UN'IDENTITÀ 25/05/2009 19 :00 RM ROMA
- 44) ANSIA E PANICO: COMPRENDERLI E GESTIRLI 25/05/2009 16 :30 RM ROMA
- 45) I DISTURBI SPECIFICI DELL'APPRENDIMENTO 26/05/2009 16 :00 RM ROMA
- 46) IL CORPO IN GIOCO, GIOCARE CON IL CORPO. MUOVERSI LIBERAMENTE PER SCOPRIRE LA PROPRIA INTIMITÀ 26/05/2009 18 :00 RM ROMA
- 47) COME RIALZARSI DOPO UNA CADUTA. USCIRE DALLA CRISI PER RIPARTIRE 28/05/2009 18 :00 RM ROMA
- 48) IO STO BENE A SCUOLA! EDUCAZIONE PSICO-AFFETTIVA PER PROMUOVERE IL BENESSERE A SCUOLA 28/05/2009 17 :00 RM ROMA
- 49) DALLA DIPENDENZA ALLA CRESCITA AFFETTIVA: PROCESSI DI CAMBIAMENTO NELLA PERCEZIONE DEL PROPRIO SÉ NEI LEGAMI AFFETTIVI 29/05/2009 19 :00 RM ROMA
- 50) UN INCONTRO PRE-MATRIMONIALE 29/05/2009 17 :00 RM ROMA
- 51) "CARA FAMIGLIA" LA FAMIGLIA COME LUOGO DI RELAZIONI SIGNIFICATIVE, L'APPORTO DELLO PSICOLOGO A MEDIAZIONE CORPOREA 29/05/2009 14 :00 RM ROMA
- 52) ESPERIENZA DI SOCIAL DREAMING 30/05/2009 16 :00 RM ROMA
- 53) RELAZIONI FAST - FOOD 30/05/2009 10 :00 RM ROMA
- 54) IL RUOLO DELL"ANSIA E DELLE ALTRE EMOZIONI "NEGATIVE", NELLA QUOTIDIANITÀ E NELLA PSICOPATOLOGIA 30/05/2009 11 :00 RM ROMA
- 55) TUTTI INSIEME PER IMPARARE AD IMPARARE 31/05/2009 9 :30 RM ROMA
- 56) PARENT TRAINING: ESSERE GENITORI OGGI 02/05/2009 16 :30 VT VITERBO
- 57) ANSIA E PANICO: QUANDO LA PAURA DIVENTA UNA FALSA PROTEZIONE! 08/05/2009 17 :00 VT VITERBO
- 58) OLTRE IL CONFLITTO: STRATEGIE COMUNICATIVE PER SUPERARE LE DIFFICILI FASI DI SEPARAZIONE E DIVORZIO 11/05/2009 18 :00 VT VITERBO
- 59) GRUPPO PLURALISTICO INTEGRATO: UN'OCCASIONE DI CRESCITA ED EVOLUZIONE PERSONALE 16/05/2009 16 :30 VT VITERBO
- 60) ANSIA E PANICO: QUANDO LA PAURA DIVENTA UNA FALSA PROTEZIONE! 23/05/2009 9 :00 VT VITERBO
- 61) LA GESTIONE DELLE EMOZIONI NELLA QUOTIDIANITÀ PER UN EFFICACE EQUILIBRIO PSICOSOMATICO 25/05/2009 18 :00 VT VITERBO
- 62) HO BISOGNO DI TE PERCHÉ TI AMO 30/05/2009 16 :30 VT VITERBO

LIGURIA

- 1) PREVENZIONE E BEN ESSERE IN ETÀ EVOLUTIVA. DALLA DIAGNOSI ALL'ASCOLTO TRANSPERSONALE NELLE FASI DI PASSAGGIO DELLA CRESCITA 05/05/2009 17 :00 GE GENOVA
- 2) DAGLI 8 AI 13 ANNI CON IL CORPO IN GIOCO 07/05/2009 17 :30 GE GENOVA
- 3) PARENT TRAINING: L'URGENZA DI EDUCARE 11/05/2009 20 :45 GE GENOVA
- 4) IL FUMATORE RESISTENTE 12/05/2009 18 :00 GE GENOVA
- 5) LASCIARSI IN PACE 13/05/2009 18 :00 GE GENOVA
- 6) IL BENESSERE DELLA MENTE E DEL CORPO: STIMOLI E STRATEGIE PER MIGLIORARE LA NOSTRA QUOTIDIANITÀ 16/05/2009 9 :00 GE GENOVA
- 7) CHE COS'È LA BIOTRANSENERGETICA? ESPERIENZA TRANSPERSONALE DI APERTURA CORPOMENTE 16/05/2009 10 :00 GE GENOVA
- 8) PREVENZIONE E BEN ESSERE IN ETÀ EVOLUTIVA. DALLA DIAGNOSI ALL'ASCOLTO TRANSPERSONALE NELLE FASI DI PASSAGGIO DELLA CRESCITA 19/05/2009 19 :00 GE GENOVA
- 9) SAPER ASCOLTARE PER COSTRUIRE RELAZIONI POSITIVE 21/05/2009 20 :30 GE GENOVA
- 10) DAGLI 8 AI 13 ANNI CON IL CORPO IN GIOCO 21/05/2009 17 :30 GE GENOVA
- 11) QUANTO MI VOGLIO BENE? INCONTRO DI APPROFONDIMENTO SUL TEMA DELL'AUTOSTIMA 13/05/2009 18 :00 SV CAIRO MONTENOTTE
- 12) GENITORI: ISTRUZIONI PER L'USO 22/05/2009 16 :30 SV NOLI
- 13) DALLO PSICOLOGO?... NON SONO MICA MATTO! 15/05/2009 17 :00 SV SAVONA
- 14) BAMBINI: ISTRUZIONI PER L'USO 29/05/2009 17 :00 SV SAVONA
- 15) DALLO PSICOLOGO?... NON SONO MICA MATTO! 08/05/2009 17 :00 SV VARAZZE

LOMBARDIA

- 1) EMOZIONI E CIBO... QUALE LEGAME? 05/05/2009 21 :00 BG TRESORE BALNEARIO
- 2) ANSIA E PANICO: IL SIGNIFICATO, LA CURA 12/05/2009 21 :00 BG TRESORE BALNEARIO
- 3) TRA CAPRICCI E REGOLE, DAL SI AL NO SENZA PAURA 06/05/2009 20 :30 BG TREVIGLIO
- 4) NON POSSO VIVERE NÉ CON TE NÉ SENZA DI TE 14/05/2009 21 :00 CO GRANDATE
- 5) IO PARLO, TU PARLI...: LA COMUNICAZIONE AL DI LÀ DELLE PAROLE 09/05/2009 15 :00 MB MONZA
- 6) L'ATTACCO DI PANICO, IL DISTURBO DELLA POST-MODERNITÀ: TRA PAURA DI MORIRE E PAURA DI VIVERE 12/05/2009 21 :00 MB MONZA
- 7) ADOLESCENTI SULLA LUNA 13/05/2009 20 :30 MB MONZA
- 8) IO PARLO, TU PARLI...: LA COMUNICAZIONE AL DI LÀ DELLE PAROLE 18/05/2009 21 :00 MB MONZA
- 9) IL SOGNO IN PSICOLOGIA 21/05/2009 20 :30 MB MONZA
- 10) CORPO, MENTE E PAROLA: EMOZIONI E VISSUTI IN AIUTO DELLE RELAZIONI 26/05/2009 21 :00 MB MONZA
- 11) ANSIA E ATTACCHI DI PANICO: COMPRENDERE IL PROBLEMA, CONOSCERE LE SOLUZIONI 04/05/2009 20 :45 MI MILANO
- 12) ANSIA E DEPRESSIONE: TRA LE PAROLE E I FARMACI 04/05/2009 20 :30 MI MILANO
- 13) TRAINING AUTOGENO – STRESS – QUALITÀ DELLA VITA 05/05/2009 20 :45 MI MILANO
- 14) VITA DI COPPIA: COME LO STRESS PUÒ INFLUENZARE LA SESSUALITÀ 07/05/2009 19 :30 MI MILANO
- 15) CRISI D'ANSIA E ATTACCHI DI PANICO: OPPORTUNITÀ PER LA RISCOPERTA DEL SÉ 09/05/2009 10 :00 MI MILANO
- 16) ESSERE GENITORI: EDUCARE PER LA VITA, TRASMETTERE VALORI, INSEGNARE REGOLE 11/05/2009 20 :45 MI MILANO
- 17) PSICOLOGO: ISTRUZIONI PER L'USO 13/05/2009 18 :00 MI MILANO
- 18) COME VIVAMO L'ESSERE GENITORE DI ADOLESCENTI OGGI? 14/05/2009 21 :00 MI MILANO
- 19) ANSIA E ATTACCHI DI PANICO: CONOScerLI E AFFRONTARLI 16/05/2009 10 :00 MI MILANO
- 20) GLI ANTENATI E NOI: DALLA PREISTORIA A OGGI, COSA È CAMBIATO NELLA COPPIA? 18/05/2009 20 :45 MI MILANO
- 21) MORTE E LUTTO. PARLIAMONE INSIEME 20/05/2009 20 :45 MI MILANO
- 22) CHI TACE... ACCONSENTE? STRATEGIE PER AFFERMARE POSITIVAMENTE SE STESSI 21/05/2009 20 :45 MI MILANO
- 23) ESSERE UN GIOVANE ADULTO OGGI 21/05/2009 21 :00 MI MILANO
- 24) PSICOTERAPIA CORPOREA CON MUSICA 23/05/2009 16 :00 MI MILANO
- 25) MEDITAZIONE E ARTE: UN'ESPERIENZA DI GESTIONE DELL'ANSIA 25/05/2009 20 :30 MI MILANO
- 26) ESPERIENZE DI RILASSAMENTO 28/05/2009 21 :00 MI MILANO
- 27) TERAPIA DELLA BALBUZIE: TRA PSICOSOMATICA E RIABILITAZIONE 30/05/2009 16 :00 MI MILANO
- 28) GIOCHI DI COPPIE. STEREOTIPI E LUOGHI COMUNI A CONFRONTO 09/05/2009 10 :00 MI NOVATE MILANESE
- 29) INCONTRO IN ROSA. DINAMICA DI GRUPPO SUL TEMA DELLA FEMMINILITÀ 25/05/2009 18 :00 MI NOVATE MILANESE
- 30) ESSERE MADRE. LA MATERNITÀ TRA L'IMMAGINARIO E LA REALTÀ 09/05/2009 15 :00 MI SESTO SAN GIOVANNI
- 31) PSICOLOGI... "TRI PASS IN PIAZZA" 22/05/2009 20 :00 PV MORTARA
- 32) ANSIA E PANICO: I LUOGHI COMUNI 04/05/2009 21 :00 PV VIGEVANO
- 33) SFIDE EMOZIONALI: ESSERE SENTIRSI E FARE I GENITORI 12/05/2009 21 :00 PV VIGEVANO
- 34) PSICOLOGI ... IN PIAZZA 31/05/2009 9 :30 PV VIGEVANO
- 35) LA CRISI ADOLESCENZIALE 21/05/2009 21 :00 VA SESTO CALENDE

MARCHE

- 1) ALESSITIMIA: IL CORPO A CORPO CON L'EMOZIONE 23/05/2009 10 :00 AP SAN BENEDETTO DEL TRONTO
- 2) SAPER ASCOLTARE PER COSTRUIRE RELAZIONI POSITIVE 15/05/2009 10 :00 PU FANO

PIEMONTE

- 1) NELLA FAMIGLIA, NON SOLO PAROLE... I BAMBINI ASCOLTANO E COMUNICANO! 24/05/2009 11 :00 NO BELLINZAGO NOVARESE
- 2) LE STRADE DEL BENESSERE 08/05/2009 20 :30 NO NOVARA
- 3) GENITORI IN TRAINING: AIUTARE I PROPRI FIGLI A GESTIRE LE PROBLEMATICHE SCOLASTICHE 19/05/2009 18 :30 TO CIRIÈ
- 4) VERSO LA NASCITA DI UNA NUOVA MENTE:
LE DINAMICHE PsICO-EMOTIVE E RELAZIONALI CHE SI ACCOMPAGNANO ALL'ESPERIENZA DELLA GRAVIDANZA, DEL PARTO E DEL PERIODO PERINATALE 26/05/2009 18 :30 TO CIRIÈ
- 5) LO PSICOLOGO... QUESTO SCONOSCIUTO!
PERFORMANCE DI PLAYBACK THEATRE IN PIAZZA E DISCUSSIONE COL PUBBLICO SULLA FIGURA DELLO PSICOLOGO 10/05/2009 16 :00 TO SETTIMO TORINESE
- 6) CENTRO DELLA NORMA SOGGETTIVA C.N.S. 04/05/2009 17 :30 TO TORINO
- 7) CENTRO DELLA NORMA SOGGETTIVA C.N.S. 11/05/2009 17 :30 TO TORINO
- 8) GIÙ LA MASCHERA. GRUPPO ESPERIENZIALE CON LE TECNICHE DELLO PSICODRAMMA 12/05/2009 19 :00 TO TORINO
- 9) PSICOTERAPIA O CRESCITA PERSONALE? CURARSI PRENDENDOSI CURA DI SÈ: GRUPPO ESPERIENZIALE 16/05/2009 9 :30 TO TORINO
- 10) CENTRO DELLA NORMA SOGGETTIVA C.N.S. 18/05/2009 17 :30 TO TORINO
- 11) LA PSICOTERPIA BREVE: COS'È, COME FUNZIONA 19/05/2009 18 :00 TO TORINO
- 12) LE POTENZIALITÀ DELLA MUSICOTERAPIA NELLA CRESCITA PERSONALE 22/05/2009 18 :30 TO TORINO
- 13) LA PSICOTERAPIA BREVE: COS'È, COME FUNZIONA 23/05/2009 10 :00 TO TORINO
- 14) PSICOLOGIA E EMOZIONI: SEMINARIO ESPERIENZIALE PER LA PROMOZIONE DEL BENESSERE PsICO-FISICO DELL'UOMO 24/05/2009 15 :00 TO TORINO
- 15) CENTRO DELLA NORMA SOGGETTIVA C.N.S. 25/05/2009 17 :30 TO TORINO
- 16) VERSO LA NASCITA DI UNA NUOVA MENTE: LE DINAMICHE PsICO-EMOTIVE E RELAZIONALI CHE SI ACCOMPAGNANO ALL'ESPERIENZA DELLA GRAVIDANZA, DEL PARTO E DEL PERIODO PERINATALE 25/05/2009 18 :30 TO TORINO
- 17) BILANCIO DI ESISTENZA: UN PERCORSO PER FERMARSI E RIPARTIRE. GRUPPO ESPERIENZIALE 30/05/2009 10 :00 TO TORINO
- 18) GENITORI IN TRAINING: AIUTARE I PROPRI FIGLI A GESTIRE LE PROBLEMATICHE SCOLASTICHE 11/05/2009 18 :00 TO VENARIA

PUGLIA

- 1) TRAINING AUTOGENO: NEMICO DELLO STRESS 08/05/2009 17 :00 TA TARANTO
- 2) IMPARIAMO A GESTIRE LE EMOZIONI 22/05/2009 17 :00 TA TARANTO

SICILIA

- 1) RILASSAMENTO E CONSAPEVOLEZZA CORPOREA SECONDO IL METODO R.A.T. 23/05/2009 9 :00 PA PALERMO

TOSCANA

- 1) SMETTERE DI FUMARE 04/05/2009 18 :00 FI FIRENZE
- 2) ANSIA E ATTACCHI DI PANICO: QUANDO IL LUPO NON È POI COSÌ CATTIVO 12/05/2009 17 :30 FI FIRENZE
- 3) CAPOLAVORI IN CERCA DI AUTORE - INCONTRI DI COMPrensIONE BIOGRAFICA 15/05/2009 19 :30 FI FIRENZE
- 4) CAPOLAVORI IN CERCA DI AUTORE - INCONTRI DI COMPrensIONE BIOGRAFICA 19/05/2009 19 :30 FI FIRENZE
- 5) QUANDO LA COPPIA SCOPPIA: GESTIRE LA SEPARAZIONE ED IL DIVORZIO 19/05/2009 17 :30 FI FIRENZE
- 6) "PSICOLOGO, PSICHIATRA, PSICOTERAPEUTA... QUANDO E A CHI MI RIVOLGO?" IL CONFINE TRA SOFFERENZA E PATOLOGIA 09/05/2009 10:00 FI SESTO FIORENTINO
- 7) IL DANNO BIOLOGICO DI NATURA PSICHICA 08/05/2009 21 :00 FI VINCI
- 8) VALUTAZIONE DEI DISTURBI COGNITIVI 15/05/2009 21 :00 FI VINCI
- 9) L'ALTRA ME: VIAGGIO NEI DISTURBI ALIMENTARI 22/05/2009 21 :00 FI VINCI
- 10) PSICOLOGIA DELLA TERZA ETÀ 29/05/2009 21 :00 FI VINCI
- 11) DIAMO AL CIBO IL GIUSTO PESO! COME COMBATTERE E PREVENIRE I DISTURBI DEL COMPORTAMENTO ALIMENTARE 18/05/2009 10:00 LI LIVORNO
- 12) INCONTRO TEORICO-ESPERIENZIALE SULLA DINAMICA DI GRUPPO 22/05/2009 18 :30 LI LIVORNO
- 13) LA DIPENDENZA AFFETTIVA PUÒ ESSERE ABBANDONATA 07/05/2009 21 :00 PO FIGLINE DI PRATO
- 14) TRAINING AUTOGENO: ALLENARE SE STESSI 04/05/2009 21 :15 PO PRATO
- 15) CHE CI FA LO PSICOLOGO A SCUOLA DI MIO FIGLIO? DIRITTI E DOVERI 06/05/2009 17 :00 PO PRATO
- 16) PERCHÉ NON RIUSCIAMO AD AVERE UN FIGLIO? INCONTRO INFORMATIVO SUGLI ASPETTI PSICOLOGICI E GENETICI DELL'INFERTILITÀ 09/05/2009 15 :30 PO PRATO
- 17) DINAMICHE TRANSCULTURALI E COSTRUZIONE DELL'IDENTITÀ 12/05/2009 21 :00 PO PRATO
- 18) CIBARSI DI EMOZIONI. IL RAPPORTO TRA CIBO ED EMOZIONI 13/05/2009 21 :00 PO PRATO
- 19) TV, INTERNET, SESSUALITÀ: IMPULSI GIOVANILI FUORI CONTROLLO? 14/05/2009 21 :00 PO PRATO
- 20) DISLESSIA: E ORA? 20/05/2009 17 :00 PO PRATO
- 21) CONOSCERE SE STESSI ATTRAVERSO L'ESPRESSIONE CORPOREA 26/05/2009 21 :15 PO PRATO
- 22) SEPARAZIONE E DIVORZIO: COSA ASPETTARSI 29/05/2009 21 :00 PO PRATO
- 23) S.O.S. GENITORI SEPARATI 15/05/2009 21 :00 PT PIEVE A NIEVOLE

UMBRIA

- 1) SAPER ASCOLTARE PER COSTRUIRE RELAZIONI POSITIVE 16/05/2009 10 :00 PG CITTÀ DI CASTELLO
- 2) PSICOLOGIA DEL BENESSERE E LE SUE APPLICAZIONI. PREVENZIONE AL DISAGIO NEI GIOVANI, NEGLI ADULTI, NELLA COPPIA, NEL SISTEMA FAMIGLIA 11/05/2009 17 :30 PG SPOLETO
- 3) DON'T PANIC! PAURA, ANSIA, PANICO: COME AFFRONTARLI E SUPERARLI 09/05/2009 11 :00 TR TERNI
- 4) CIBO, EMOZIONI E RELAZIONI. I DISTURBI DEL COMPORTAMENTO ALIMENTARE 16/05/2009 11 :00 TR TERNI
- 5) GUARIRE DALLA NOIA. COMPENDERNE LE ORIGINI, COMBATTERLA... SCONFIGGERLA? 23/05/2009 11 :00 TR TERNI
- 6) RELAZIONI DIFFICILI: LA CRISI DELLA COPPIA 30/05/2009 11 :00 TR TERNI

VENETO

- 1) LA COMUNICAZIONE ASSERTIVA: RISPETTARE I PROPRI BISOGNI, RISPETTANDO L'ALTRO 13/05/2009 18 :00 PD PADOVA
- 2) CONFLITTI IN FAMIGLIA: A CHE GIOCO STIAMO GIOCANDO? 22/05/2009 20 :00 VE MARGHERA

PERCHE' PARTECIPARE AL MIP

I nostri slogan

Chiedere aiuto non è un segno di debolezza o di scarsa indipendenza, ma un atto di coraggio e d'amore verso se stessi e i propri cari.

I percorsi psicologici non si rivolgono solo alle persone che vivono una situazione di malessere o di disagio, ma anche a chi desidera acquisire maggiore consapevolezza su ciò che accade dentro di sé, e vuole apprendere nuovi strumenti per migliorare la qualità della propria vita privata e professionale.

BENESSERE E PREVENZIONE

- Corpo e mente non sono due mondi separati, bensì parti di un'unità in continua influenza reciproca.
- Per questo motivo, prenderti cura della tua salute psicologica è importante tanto quanto di quella fisica.
- Lo Psicologo, si occupa del benessere di adulti e minori e potrebbe aiutare anche te a tutelare e a recuperare la tua salute e il tuo equilibrio psico-fisico.
- Ancora in molti diffidano immotivatamente dell'esperto in Psicologia, che invece è una figura con un alto profilo professionale, e andare dallo Psicologo non vuol dire essere "svitati" o "diversi".
- Al contrario, significa prendersi cura di sé, imparare a conoscersi, migliorando notevolmente la qualità totale della propria esistenza.

A Primavera, fai prevenzione, fai sbocciare anche tu il benessere: partecipa al MIP!

- Per avere maggiori opportunità di conoscerti
- Per vedere all'opera gli Psicologi e avere un'idea chiara di come si prendono cura del benessere mentale e di come fanno prevenzione
- Per imparare a distinguere i professionisti da chi non lo è e abusa del titolo di Psicologo
- Per informarti sui vari ambiti della Psicologia
- Per chiedere allo Psicologo come mantenere uno stato di equilibrio psicologico e come migliorarlo nel corso della tua vita
- Per ricevere materiale informativo grazie al quale documentarti



- Per prenderti cura di te

E' da molto che pensi:

“Vorrei andare dallo psicologo, ma chissà com'è?”

Maggio ti offre l'occasione giusta!

Per tutto il mese, 740 psicologi saranno a tua disposizione per un incontro gratuito

Un incontro nel quale potrai

- + conoscere l'attività dello Psicologo
- + ricevere informazioni sulla Psicologia
- + godere di uno spazio nel quale condividere, se vorrai, le tue difficoltà
- + individuare nuovi percorsi di crescita

Prenota il tuo colloquio,

*avrà un'occasione per prenderti cura di te,
senza nessun vincolo per il futuro!*

Sei tra quelli che ancora credono che dallo psicologo vadano solo i “matti”?

Niente di più sbagliato!

Dallo psicologo vanno tutte le persone che hanno a cuore il proprio benessere.

Lo psicologo ti aiuta a migliorare le tue relazioni
e a fare chiarezza nei tuoi pensieri e nelle tue emozioni

*Per tutto il mese di maggio, potrai partecipare ad una delle 222 iniziative gratuite che
si svolgeranno nella tua città.*

Scegli l'argomento che ti interessa di più, tra quelli in programma, e prenotati!

Potrai fare tutte le domande che vuoi e chiarire i tuoi dubbi!



MAGGIO DI INFORMAZIONE PSICOLOGICA

A TUTELA DELL'UTENZA

Questo documento, che viene consegnato a tutte le persone che contattano gli PSICOLOGI del MIP, si pone l'obiettivo di fornire precise informazioni sulla PSICOLOGIA e sulla figura dello PSICOLOGO, al fine di fare chiarezza su una materia ancora poco conosciuta dall'utenza e offrire indicazioni utili per orientarsi nella richiesta di aiuto psicologico. Lo PSICOLOGO è in grado di favorire il benessere, di accompagnare le fasi di crescita e di porre i rimedi per le forme di disagio psicologico, fino a indirizzare, con competenza, verso la PSICOTERAPIA nei casi in cui ciò risulti necessario. In Italia, i professionisti della psiche si differenziano per formazione, competenze e strumenti utilizzati. Essi si trovano spesso a collaborare con altri professionisti, in particolare con il medico di base, lo psichiatra, il pediatra, il dietologo, ma anche con altre figure come ad esempio il giudice, l'avvocato, l'insegnante, l'assistente sociale, l'educatore professionale.

COSA SI INTENDE PER BENESSERE PSICOLOGICO

L'individuo non sempre si prende cura della propria salute psicologica tanto quanto fa per quella fisica. Ancora in molti diffidano dell'esperto in PSICOLOGIA, visto, per luoghi comuni e pregiudizi, come il "medico dei matti".

In realtà lo PSICOLOGO è una figura ben distinta dal MEDICO e andare dallo PSICOLOGO non vuol dire essere "svitati" o "diversi", al contrario, significa prendersi cura della propria salute mentale, che va di pari passo con quella fisica, migliorando notevolmente la qualità totale della propria esistenza.

Una condizione di BENESSERE può essere mantenuta nel corso della vita solo occupandosi globalmente di sé e del proprio equilibrio psico-fisico.

Il lavoro psicologico è sempre indirizzato a far emergere le risorse positive di ogni persona e a minimizzare l'influenza di tutto ciò che ostacola la crescita e lo sviluppo di una condizione di equilibrio psico-fisico e relazionale.

PERCHE' E QUANDO FARE PREVENZIONE PSICOLOGICA

Una consulenza o un supporto psicologico possono essere utili per una crisi temporanea, per favorire una crescita interiore personale, per esigenze di orientamento, per raggiungere una maggiore e migliore consapevolezza di sé, degli altri e del proprio contesto familiare, sociale, lavorativo o scolastico.

Un qualsiasi mutamento o evento nella propria esistenza può rivelarsi di difficile elaborazione e superamento. In questi momenti, una consulenza psicologica può risultare un benefico supporto ed un aiuto positivo, guidando la persona attraverso il disagio interno, fino alla sua attenuazione e risoluzione.

Rivolgersi allo PSICOLOGO permette di creare uno spazio personale nel quale esprimere e superare le proprie difficoltà, attraverso il sostegno dell'unica figura professionale appositamente formata per mantenere e migliorare il benessere mentale.

Così come ogni anno ci sottoponiamo ad un check-up medico per fare prevenzione, allo stesso modo dovremmo rivolgerci ad uno PSICOLOGO di fiducia, che ci aiuti a conoscerci e ci segua nel tempo, quando, in concomitanza con i cambiamenti del ciclo vitale, avvertiamo una condizione di disagio dentro di noi.

Il benessere psicologico è importante al pari della salute fisica perché mente e corpo sono due unità inscindibili. Imparare perciò a rivolgersi ciclicamente allo PSICOLOGO consente di prevenire eventuali disturbi psichici, affrontando e superando al meglio i momenti di crisi e di crescita che la vita impone a ciascun individuo: inserimento sociale e scolastico, cambiamento adolescenziale, scelte significative in ambito lavorativo e sentimentale, eventi importanti quali trasferimenti forzati, matrimonio, gravidanza, ecc.

Lo PSICOLOGO dispone dei mezzi per offrire aiuto in casi di particolari difficoltà di convivenza e comunicazione con amici, colleghi, fratelli e genitori, e il suo supporto si rivela essenziale per affrontare eventi di abbandono e di lutto, conseguenze psicologiche di ricoveri e incidenti, incertezze derivanti da situazioni di emergenza (quali aggressioni, atti di terrorismo, eventi naturali catastrofici, ecc.), di forte tensione sociale e di minaccia alla sicurezza (come crisi economiche, scioperi, atti di vandalismo e bullismo, abusi sessuali e violenze, ecc.), o per mitigare gli effetti sulla qualità della vita nelle diagnosi di malattie invalidanti.

In tutti questi casi lo PSICOLOGO ha gli strumenti per aiutare a ripristinare l'equilibrio psicologico, a fronteggiare lo stress e a mantenere inalterato il normale sviluppo psicologico.

Inoltre ci si può rivolgere allo PSICOLOGO di fronte a comportamenti che appaiono strani o eccessivi, come quando sembra che nessuno ci capisca; quando facciamo fatica a comprendere quello che ci sta succedendo; quando tutto ci sembra confusione e caos; quando siamo preoccupati, per noi stessi o per i nostri cari, e non troviamo soluzioni; quando siamo assediati dalle paure; quando facciamo qualcosa troppo o troppo poco (per esempio: dormire, mangiare, bere, fumare, amare).

COS'E' LA PSICOLOGIA

Il termine *PSICOLOGIA* deriva dal termine greco *psychè*, che significa *anima*, e da *logos*, che significa *discorso, parola, studio*. Perciò, per PSICOLOGIA s'intende letteralmente studio dell'anima e parola dell'anima.

La *PSICOLOGIA*, nella sua forma moderna e scientifica, è una disciplina relativamente nuova (metà del 1800), che studia il comportamento degli individui e i loro processi mentali. Si occupa dell'uomo nella sua globalità, e non soltanto degli aspetti patologici del suo comportamento.

I SETTORI E GLI AMBITI DELLA PSICOLOGIA

Con l'istituzione dell'ORDINAMENTO DELLA PROFESSIONE DI PSICOLOGO, dal 1989 sono stati regolamentati gli ambiti di competenza. Lo PSICOLOGO applica le conoscenze della PSICOLOGIA per migliorare la capacità delle persone di comprendere se stesse e gli altri, affinché possano relazionarsi con i propri bisogni e con il mondo esterno in maniera consapevole, congrua ed efficace.

Diversi sono i settori e gli ambiti della PSICOLOGIA, alcuni di consolidata tradizione, altri emergenti; tutti in continuo approfondimento ed ampliamento. Tra questi citiamo:

PSICOLOGIA CLINICA COMPRENDE LA PSICOLOGIA OSPEDALIERA, LA PSICODIAGNOSTICA, LA NEUROPSICOLOGIA CLINICA, LA PSICOLOGIA DELLE DISABILITÀ E DELLA RIABILITAZIONE, LA PSICOLOGIA DELLE DIPENDENZE PATOLOGICHE E LA PSICOTERAPIA.

PSICOLOGIA DELLO SVILUPPO E DELL'EDUCAZIONE COMPRENDE LA PSICOLOGIA DELLO SVILUPPO, LA PSICOLOGIA DELL'ADOLESCENZA, LA PSICOLOGIA DELL'EDUCAZIONE, LA PSICOLOGIA SCOLASTICA, LA PSICOLOGIA DELLA FORMAZIONE, LA PSICOLOGIA DELL'APPRENDIMENTO, LA PSICOLOGIA DELL'ORIENTAMENTO SCOLASTICO E PROFESSIONALE.

PSICOLOGIA DEL LAVORO E DELLE ORGANIZZAZIONI COMPRENDE LA PSICOLOGIA DELLE RISORSE UMANE, LA PSICOLOGIA DEL LAVORO, LA PSICOLOGIA DELL'ORGANIZZAZIONE, LA PSICOLOGIA DELL'ORIENTAMENTO PROFESSIONALE, LA PSICOLOGIA DELLA FORMAZIONE PROFESSIONALE, LA PSICOLOGIA DEL MARKETING E DELLA COMUNICAZIONE PUBBLICITARIA, LA PSICOLOGIA ERGONOMICA.

PSICOLOGIA SOCIALE APPLICATA COMPRENDE AD ESEMPIO LA PSICOLOGIA DELLA SALUTE, LA PSICOLOGIA DI COMUNITÀ, LA PSICOLOGIA DELL'ANZIANO, LA PSICOLOGIA DELL'INTER-CULTURALITÀ, LA PSICOLOGIA FORENSE.

PSICOLOGIA SPERIMENTALE COMPRENDE L'AMBITO DELLA RICERCA DI BASE ED APPLICATA, LE NEUROSCIENZE, LA PSICOMETRIA, E GLI STUDI SULLA STRUTTURA E SULLE FUNZIONI DELLA PERSONALITÀ.

PSICOLOGIA DELLO SPORT LAVORA A FAVORE DI ATLETI CHE PRATICANO ATTIVITÀ INDIVIDUALI O DI SQUADRA E PER LE SOCIETÀ SPORTIVE.

LA FIGURA E LE FUNZIONI DELLO PSICOLOGO

COME SI DIVENTA PSICOLOGO

Per diventare PSICOLOGO è necessaria una laurea di cinque anni in PSICOLOGIA presso un'università italiana, un tirocinio della durata di un anno, effettuato con la supervisione di un tutor-professionista iscritto all'Ordine e il superamento dell'Esame di Stato, che consente l'iscrizione all'ORDINE DEGLI PSICOLOGI (Albo sezione A) e l'accesso alla professione. Lo PSICOLOGO, come richiesto dal CODICE DEONTOLOGICO, aggiorna continuamente la propria formazione ed utilizza soltanto le tecniche e le conoscenze per le quali ha ottenuto adeguata formazione.

CHI E' E COSA FA LO PSICOLOGO

La professione di PSICOLOGO comprende l'uso degli strumenti conoscitivi e di intervento per la prevenzione, la diagnosi, il sostegno psicologico, l'abilitazione e la riabilitazione, rivolti alle persone, al gruppo, agli organismi sociali e alle comunità. Comprende altresì le attività di sperimentazione, ricerca e didattica in tale ambito.

Lo PSICOLOGO opera nel settore privato (come libero professionista, in strutture sanitarie private e/o convenzionate, in aziende e società di consulenza), nel privato sociale (in associazioni, cooperative, fondazioni, ONG) e nel settore pubblico (Aziende Sanitarie Locali, Ospedali, Comuni, Province, Regioni ed altri Enti locali). Per accedere alle Aziende Sanitarie e Ospedali Pubblici come consulenti è sufficiente il titolo di PSICOLOGO, mentre si può accedere come dipendenti solo se in possesso di un'ulteriore specializzazione di quattro anni e attraverso il superamento di un concorso.

Lo PSICOLOGO non può condurre PSICOTERAPIE (a meno che non sia anche specializzato in PSICOTERAPIA) e non prescrive psicofarmaci.

PERCHE' RIVOLGERSI ALLO PSICOLOGO

Lo PSICOLOGO è formato e preparato per il primo ascolto, la valutazione, la diagnosi, l'orientamento e il supporto, riguardo a tutti i disagi e disturbi psicologici, ed è la principale figura di riferimento per tutti coloro che vedono compromessa la propria salute psicologica. Lo PSICOLOGO, dopo l'analisi del problema e tutti gli accertamenti del caso, può intervenire direttamente tramite tecniche di consulenza o indirizzare miratamente verso i professionisti specialisti più adatti, come nel caso della PSICOTERAPIA per i disturbi psichici che necessitano di tale tipologia di trattamento.

Lo PSICOLOGO è la figura di riferimento professionale anche per tutti coloro che desiderano monitorare e migliorare il proprio benessere psicologico, potendo essere di aiuto nell'ottimizzazione della qualità della vita, nel supporto alle normali crisi di crescita o nell'adattamento agli eventi più significativi (ingresso scolastico, adolescenza problematica, matrimonio, gravidanza, separazione, lutto, ecc.).

Si possono rivolgere allo PSICOLOGO le persone, di qualunque età, che desiderano ridurre lo stress relativo alla dimensione lavorativa, comprendere e risolvere i normali conflitti relazionali; inoltre tutti coloro che vogliono aumentare generalmente il senso di consapevolezza riguardo alla propria vita e alla realizzazione di se stessi.

Lo PSICOLOGO può essere di aiuto ad imprenditori e aziende per le problematiche relazionali e organizzative e per la migliore gestione dei gruppi. Un altro ambito di competenza è l'applicazione nello sport e nella preparazione psicofisica degli atleti.

Per tutti questi motivi allo PSICOLOGO si possono rivolgere singoli cittadini, servizi sociali, scuole, cooperative sociali, consultori familiari, tribunali, istituti bancari, istituti di pena, istituti di ricerca, studi legali, gruppi sportivi, ecc.

LA FIGURA E LE FUNZIONI DELLO PSICOTERAPEUTA

COME SI DIVENTA PSICOLOGO-PSICOTERAPEUTA

Per svolgere l'attività di PSICOTERAPIA, lo PSICOLOGO deve diplomarsi presso una Scuola di Specializzazione Universitaria oppure presso una Scuola di Specializzazione Privata riconosciuta dal Ministero competente (la cui durata è di almeno quattro anni).

Gli PSICOLOGI-PSICOTERAPEUTI possono svolgere attività di PSICOTERAPIA INDIVIDUALE, DI COPPIA, FAMILIARE E DI GRUPPO.

CHI E' LO PSICOTERAPEUTA

Lo PSICOTERAPEUTA è uno PSICOLOGO o un MEDICO abilitato anche a svolgere attività di PSICOTERAPIA dopo aver frequentato un'ulteriore scuola di specializzazione quadriennale riconosciuta dallo Stato (molti PSICOTERAPEUTI proseguono la propria formazione attraverso supervisioni con professionisti più esperti).

Lo PSICOLOGO-PSICOTERAPEUTA non prescrive farmaci, ma utilizza come strumenti la relazione, l'ascolto e la parola. Esistono differenti approcci in PSICOTERAPIA, da cui derivano alcune differenze nelle modalità di intervento.

PERCHE' RIVOLGERSI ALLO PSICOTERAPEUTA

Lo PSICOTERAPEUTA, se laureato in PSICOLOGIA, è in grado di offrire tutte le importanti prestazioni dello PSICOLOGO e, tramite la sua formazione specialistica, può intervenire, con specifiche tecniche e in particolari condizioni di contesto terapeutico, su disturbi psichici anche intensi e cronici e sulle eventuali conseguenti somatizzazioni; inoltre ha la più adeguata preparazione per il trattamento dei disturbi della personalità.

Si possono quindi rivolgere allo PSICOTERAPEUTA sia persone che soffrono di qualunque forma di disturbo psicologico (da quelli d'ansia, dell'umore e dell'alimentazione, a quelli sessuali e di stress, ecc.) sia quelle che presentano più o meno gravi disturbi della personalità.

Lo PSICOTERAPEUTA può collaborare con lo PSICHIATRA per la parte psicologica, conducendo terapie di sostegno e psicoterapie nel supporto e nel trattamento di disturbi psichiatrici gravi come le psicosi, ecc.

La PSICOTERAPIA è un valido aiuto per la risoluzione di eventuali traumi psicologici e per la rimozione degli ostacoli che impediscono la normale espressione della maturità psicologica, poiché sblocca la crescita dell'individuo.

Generalmente il PERCORSO PSICOTERAPEUTICO riveste un'importanza fondamentale nella ristrutturazione di se stessi. Il rapporto terapeuta-paziente, il luogo e le modalità di svolgimento del trattamento, elementi importanti quali la durata e la frequenza degli incontri, nonché l'intimità dei contenuti condivisi, richiedono al paziente un investimento di tempo, serietà, costanza e impegno adeguati al raggiungimento degli obiettivi e alla delicatezza del compito.

CHI E' IL DOTTORE IN TECNICHE PSICOLOGICHE

Il DOTTORE IN TECNICHE PSICOLOGICHE, a differenza dello PSICOLOGO con laurea quinquennale, ha conseguito una laurea di tre anni, ha effettuato un successivo tirocinio di almeno 6 mesi e ha superato l'Esame di Stato che consente l'iscrizione all'Ordine (Albo sezione B).

Il DOTTORE IN TECNICHE PSICOLOGICHE può operare sotto la supervisione di uno PSICOLOGO iscritto alla sezione A.

COSA E' L'ORDINE DEGLI PSICOLOGI

L'ORDINE DEGLI PSICOLOGI tutela gli interessi del cliente e promuove la qualità del lavoro del professionista anche attraverso l'applicazione del CODICE DEONTOLOGICO (codice che stabilisce le regole che tutti gli PSICOLOGI sono tenuti a rispettare per una buona pratica); inoltre cura la tenuta e l'aggiornamento dell'ALBO in cui sono iscritti tutti gli PSICOLOGI italiani.

L'ORDINE DEGLI PSICOLOGI è anche a disposizione dell'utenza per la segnalazione di casi di abuso della professione di PSICOLOGO. Può esercitare la professione di PSICOLOGO e definirsi "PSICOLOGO" solo chi è iscritto all'ORDINE DEGLI PSICOLOGI.

Nell'ALBO DEGLI PSICOLOGI è indicata anche l'eventuale specializzazione in PSICOTERAPIA di ogni singolo PSICOLOGO.

LE ALTRE PROFESSIONALITA'

Lo PSICHIATRA, il NEUROPSICHIATRA INFANTILE e il NEUROLOGO sono laureati in MEDICINA e specializzati, rispettivamente, in PSICHIATRIA, NEUROPSICHIATRIA INFANTILE e NEUROLOGIA con una formazione di base prevalentemente "medico-farmacologica".

Lo PSICHIATRA si occupa di quella branca della medicina che ha per oggetto la diagnosi, la prevenzione e la terapia delle malattie mentali, e può prescrivere psicofarmaci.

Il NEUROPSICHIATRA INFANTILE cura le patologie d'organo del sistema nervoso (convulsioni infantili, epilessia, ecc.) e i disagi mentali dei bambini e degli adolescenti fino ai 16-18 anni.

Il NEUROLOGO ha una formazione specificamente rivolta alla diagnosi, alla cura e alla prevenzione delle malattie del Sistema Nervoso Centrale e Periferico (traumi, ictus, tumori, morbo di Parkinson, morbo di Alzheimer, sclerosi multipla, epilessia, malattie ereditarie e congenite, neuropatie periferiche, malattie muscolari, ecc.).

L'esercizio della professione medica è tutelato dall'ORDINE DEI MEDICI.

CRITERI PER VALUTARE LA PROFESSIONALITA' DI UNO PSICOLOGO/PSICOTERAPEUTA

- **ISCRIZIONE ALBO DEGLI PSICOLOGI:** VERIFICABILE PRESSO L'ORDINE DEGLI PSICOLOGI DELLA REGIONE DI ISCRIZIONE OPPURE SUL SITO DELL'ORDINE NAZIONALE DEGLI PSICOLOGI (WWW.PSY.IT).
- **ISCRIZIONE ALL'ELENCO DEGLI PSICOLOGI-PSICOTERAPEUTI** (PER GLI PSICOLOGI CHE OFFRONO PSICOTERAPIA): VERIFICABILE PRESSO L'ORDINE DEGLI PSICOLOGI DELLA REGIONE DI ISCRIZIONE.
- **RISPETTO DELLE NORMATIVE SULLA PRIVACY:** LO PSICOLOGO DEVE FAR FIRMARE AL CLIENTE UNA DICHIARAZIONE DI AUTORIZZAZIONE AL TRATTAMENTO DEI DATI SENSIBILI ED EVENTUALMENTE RILASCIARNE COPIA.
- **RICHIESTA DEL CONSENSO FIRMATO** DA PARTE DI CHI USUFRUISCE DELLA PRESTAZIONE DI CONSULENZA, SOSTEGNO PSICOLOGICO O DI PSICOTERAPIA.
- **RICHIESTA DEL CONSENSO FIRMATO** DA PARTE DI ENTRAMBI I GENITORI NEL CASO DI PRESTAZIONI OFFERTE A MINORI.
- **RISPETTO DEL CODICE DEONTOLOGICO.**
- **LO PSICOLOGO NON DEVE AVERE** CON LE PERSONE CON CUI LAVORA RELAZIONI DI NATURA PRIVATA CHE POSSANO INTERFERIRE CON L'ATTIVITÀ PROFESSIONALE.
- **RISPETTO DEL SEGRETO PROFESSIONALE** E DEI SUOI LIMITI.
- **DEFINIZIONE CHIARA** DEI COMPENSI E DELLE REGOLE D'INCARICO.
- **RILASCIO DI DOCUMENTAZIONE FISCALE** DEL PAGAMENTO (FATTURA/RICEVUTA).
- **LIVELLO ADEGUATO DI PREPARAZIONE** E COSTANTE AGGIORNAMENTO PROFESSIONALE.



MAGGIO DI INFORMAZIONE PSICOLOGICA

Documentazione informativa distribuita durante i colloqui e le iniziative gratuite nell'ambito del MIP

WWW.PSICOLOGIMIP.IT

INFO@PSICOLOGIMIP.IT

NOTA: Parti dei contenuti riportati in questo opuscolo sono state tratte da documentazione ufficiale diffusa dall'ORDINE NAZIONALE degli PSICOLOGI, da siti web di ORDINI degli PSICOLOGI REGIONALI e siti specialistici.