

3° EDIZIONE
“PRIMAVERA DI INFORMAZIONE PSICOLOGICA”
Bologna e Provincia
Anno 2017

Cos'è la “Primavera di Informazione Psicologica”?

La “Primavera di Informazione Psicologica” è un’iniziativa organizzata dall’ Associazione Scientifica e Culturale “Progetto Psicologia” con sede a Bologna, in Via Montefiorino, 2 – si tratta di una campagna di informazione psicologica e di promozione della salute e del benessere psicologico rivolta alla cittadinanza.

L’iniziativa si svolgerà dal **2 al 31 Maggio 2017** sul territorio di Bologna e provincia. L’evento giunge alla Terza edizione dopo il successo riscontrato negli anni precedenti.

Durante tale periodo circa 30 psicologi/psicoterapeuti, regolarmente iscritti all’Ordine degli psicologi, metteranno a disposizione la propria esperienza e le proprie conoscenze fornendo informazioni sulla Psicologia, sul ruolo e la professione di Psicologo, sui temi del benessere e della salute, in un’ottica di prevenzione e sensibilizzazione e con lo scopo di prevenire il disagio psicologico.

Fare opera di prevenzione psicologica è un processo fondamentale per la comunità perché significa poter aiutare le persone, innanzitutto ad essere più informate, ma anche sostenendole a cercare la loro realizzazione come individui nei vari contesti di vita: nella coppia, nella famiglia, nella professione e nella società.

Rivolgersi allo Psicologo, come figura formata all’individuazione dei fattori di protezione e di rischio della salute psichica, è infatti un modo per prendersi cura di sé, ritagliandosi uno spazio proprio ed esclusivo dove essere accolti e ascoltati senza pregiudizi e accompagnati ad individuare/consolidare le proprie risorse. Il ruolo dello psicologo è quindi, quello di aiutare le persone ad affrontare e superare i momenti di crisi.

Si cercherà anche di far chiarezza sulle diverse figure professionali presenti oggi nell’offerta dei servizi alla cittadinanza, di chiarire la professione dello psicologo e fornire informazioni riguardo agli aspetti deontologici, alle varie tecniche e modalità di fare psicoterapia, offrendo modelli psicoterapici diversi in modo che le persone possano avere gli strumenti per scegliere, nel caso di bisogno, a quale figura rivolgersi.

La “Primavera di Informazione Psicologica” è un evento a carattere completamente gratuito, basato sul contributo volontaristico degli Psicologi aderenti.

Gli obiettivi dell'iniziativa sono:

- far avvicinare le persone alla Psicologia per sfatare i pregiudizi sul ruolo dello Psicologo
- promuovere una cultura psicologica
- far conoscere i vari ambiti di applicazione della psicologia
- diffondere un’adeguata cultura del benessere psicologico
- sensibilizzare alla prevenzione del disagio psichico
- informare sulla professionalità dello psicologo e dello psicoterapeuta nella sua specificità rispetto ad altre figure professionali e fornire elementi per tutelarsi dall’incontro con figure che esercitano in modo abusivo la professione

Il sito ufficiale dell'evento è www.primaverainformazionepsicologica.it

Salute mentale: cos'è e perché fare prevenzione?

La salute mentale è una condizione di benessere globale grazie alla quale ogni persona realizza appieno le proprie potenzialità, affronta le normali difficoltà della vita, è in grado di lavorare in maniera produttiva e con profitto e di fornire un contributo positivo alla comunità nella quale vive.

Secondo l'OMS, ***“La salute è uno stato di completo benessere fisico, mentale e sociale e non semplicemente l'assenza di malattia e di infermità”.***

In molti paesi compreso il nostro, le risorse umane e finanziarie messe a disposizione dei Servizi di Salute Mentale sono insufficienti e per lo più indirizzate alla cura e al trattamento delle persone con malattie mentali. Al contrario, sarebbe necessario operare nella direzione della prevenzione, al fine di aiutare le persone a tutelare il proprio benessere psichico.

Un sistema veramente integrato di salute mentale richiederebbe l'istituzione di un intervento di consulenza individuale centrata sul disagio, con un modello di interventi sistematici indirizzati alla comunità. Sarebbe necessario inserire la salute mentale nell'assistenza sanitaria di base, fornendo assistenza sanitaria in ospedale e sviluppando servizi di salute mentale territoriali e indirizzati alla comunità.

Nella prima campagna pubblicitaria per la promozione della Psicologia, il Consiglio Nazionale dell'Ordine degli Psicologi Italiani ha lanciato lo slogan: ***“Con l'aiuto di uno psicologo, il difficile diventa facile”.*** Si è voluto con questo segnalare con forza quanto il lavoro degli Psicologi contribuisca alla promozione del benessere delle persone e delle organizzazioni, invitando tutti a rivolgersi con fiducia alla figura professionale dello Psicologo.

Errati luoghi comuni portano a ritenere che l'attività degli psicologi consista soltanto in “chiacchiere”. Al contrario, gli Psicologi lavorano con le parole in modo che siano i fatti a cambiare. Lavorano per far sì che la scuola sia un luogo di crescita e maturazione, le aziende possano svilupparsi e i servizi siano più efficienti. Lavorano per rendere più efficaci le cure negli ospedali. Operano - quando messi in condizione di farlo - con i medici di base per offrire le migliori risposte ai bisogni dei pazienti; collaborano in contatto con lo psichiatra nella presa in carico totale del paziente; concorrono a orientare gli atteggiamenti e i comportamenti delle persone e delle comunità verso il benessere.

Gli psicologi che anche quest'anno danno vita alla seconda edizione della ***“Primavera di Informazione Psicologica”***, si impegnano dal 2008 affinché tutti possano avere accesso alla prevenzione per tutelare il proprio benessere psichico, perché ***“non c'è salute senza salute mentale”!*** E per questo ogni anno mettono gratuitamente le proprie competenze a disposizione della comunità e di chi vuole tutelare il proprio benessere.

Presidente Associazione
Dott.ssa Denita Bace