

## Il nostro invito

L'idea di organizzare queste conferenze gratuite ed aperte a tutti, nasce dall'osservazione del crescente bisogno di trovare uno spazio di riflessione e confronto per affrontare difficoltà e problematiche che, se non risolte, rischiano di diventare un peso insopportabile per l'individuo e per le famiglie, con pesanti ricadute nel settore sociale.

L'intenzione di questi incontri, infatti, è quella di andare oltre alle constatazioni, alle analisi ed alla semplice ricerca dei probabili "perché" di un problema, ma di proporre invece esempi ed indicazioni molto concrete che aiutino la sua soluzione.

## L'associazione Nardone-Watzlawick

C'era proprio bisogno di un'altra Onlus che si occupasse di salute mentale?

Sì, perché è determinante agire quanto più precocemente possibile. Sì, perché ci siamo resi conto che potevamo contribuire grazie alle competenze trasmesse dai nostri "Maestri".

Come volontari no-profit, considerato che ognuno di noi ha già la sua soddisfazione personale, vogliamo aiutare le persone non abbienti a trovare soluzioni efficaci alle proprie difficoltà.

Siamo un gruppo di affermati professionisti, psicologi e psicoterapeuti, uniti dalla formazione nel Modello di Terapia Breve Strategica e dalla condivisione di un impegno sociale.

E' nata così la "Nardone Watzlawick Onlus" che intende essere un veicolo per dimostrare come i disturbi di origine psichica possano essere condotti a guarigione in tempi brevi. Tramite la diffusione della valenza terapeutica ed etica del nostro Modello nel far fronte alle sofferenze psicologiche, **vogliamo contribuire a ridurre il pregiudizio fornendo informazioni sulla prevenzione, sulla diffusione e cura** senza necessariamente il ricorso massiccio a psicofarmaci o a terapie invasive.

Siamo orgogliosi di poter onorare in questo modo la memoria di Paul Watzlawick, che continua ad essere presente nelle opere che ci ha lasciato, e di diffondere il modello di Giorgio Nardone, che con Watzlawick ha condiviso non solo un forte legame d'amicizia ma anche un progetto, che oggi porta il nome "Centro di Terapia Strategica".

*La collaborazione tra Watzlawick e Nardone è durata 20 anni, le loro ricerche e la pratica clinica, basate sulla tradizione teorica ed applicativa della ben nota Scuola di Palo Alto, hanno condotto alla formulazione di un proprio approccio, riconosciuto ed esportato in tutto il mondo. Attraverso specifici protocolli di trattamento in continua evoluzione, il Modello di "Terapia Breve Strategica" ha dimostrato la propria sorprendente efficacia ed efficienza nella risoluzione delle più invalidanti e persistenti forme di patologia di ordine psicologico e relazionale dei nostri tempi. L'86% dei casi si risolve mediante un trattamento di una durata media pari a sole 7 sedute, ricerca pubblicata in "Brief Strategic Therapy" (Nardone G., Watzlawick P., 2004). [www.nardone-watzlawick-onlus.org](http://www.nardone-watzlawick-onlus.org)*

**Relatori: Dott.ssa Marina Giannerini 338/2718876**

**Dott.ssa Lara Farinella 347/9635026**

**Dr. Giulio De Santis 333/3763710 [www.giuliodesantis.com](http://www.giuliodesantis.com)**

**Psicologi – Psicoterapeuti**

**Specialisti in Psicoterapia Breve Strategica**

**Affiliati al Centro di Terapia Strategica di Arezzo diretto dal**

**Prof. Giorgio Nardone**



**Associazione Nardone-Watzlawick**

**ONLUS**

*"PROBLEM VERSUS SOLUTION"*

**Invita chiunque interessato alla**

## **DISCORSERIA PSICOLOGICA**

**1° ciclo incontri di Informazione e Prevenzione con**

**Marina Giannerini, Lara Farinella, Giulio De Santis,  
Psicologi-Psicoterapeuti**

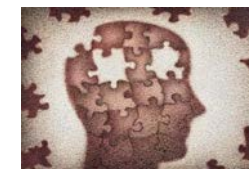
**Specialisti in Psicoterapia Breve Strategica**

**BABY PARKING**

**ZERO3 SPAZIO INFANZIA**

**Piazza E. Berlinguer, 13**

**Crespellano (BO)- Cell: 339/4110163**



**ORE 18,30 INGRESSO LIBERO**

**Parleremo di:**

**- MODELLI DI FAMIGLIA (MARTEDÌ 17 APRILE 2012)**

*L'educazione strategica*

**- DISTURBI ALIMENTARI (MARTEDÌ 24 APRILE 2012)**

*Anoressia, bulimia, binge eating, vomiting*

**- PAURA PANICO E FOBIE (MERCOLEDÌ 9 MAGGIO 2012)**

*Guarire in tempi brevi*

**- DUBBIO PATOLOGICO (MERCOLEDÌ 16 MAGGIO 2012)**

*Quando pensare troppo fa male*

**Mercoledì 9 maggio 2012, ore 18.30**

### **PAURA, PANICO E FOBIE**

Immaginate di essere soli, tranquilli, alla fermata dell'autobus. Di colpo, come l'imboscata di un acerrimo nemico, sentite la vostra mente sfuggirvi. Il cuore impazzito scalpita come uno stallone al galoppo. La gola riempita dall'aria come dalla piena di un fiume, soffoca. La testa come sul ciglio di un burrone oscilla di vertigine, immagini e suoni si mischiano e si confondono. La paura dilaga in voi come lava da un vulcano, vi avvolge, vi strangola, più cercate di allentare il cappio e più vi stringe e vi costringe, provate a controllarla ma è lei che controlla voi. Volete fuggire ma non si può fuggire da se stessi, dalle proprie sensazioni. State impazzendo, o forse è giunta la vostra ora. All'improvviso un angelo vi accarezza: "Ciao amore, scusami per il ritardo". Quegli attimi di panico, come nuvole penetrate dal sole, svaniscono: è la quiete dopo la tempesta, ma il sudore che vi gela la pelle vi ricorda che non è stato solo un brutto sogno. Questo è solo un assaggio della realtà di chi soffre del disturbo da attacchi di panico.

L'obiettivo di questa serata è presentare, a livello informativo, come sia possibile intervenire strategicamente ed in maniera rapida su problemi che possono davvero invalidare la vita di una persona senza per forza dover passare una vita in terapia.

**Martedì 17 aprile 2012, ore 18.30**

### **MODELLI DI FAMIGLIA**

La famiglia, nonostante le trasformazioni subite nel corso degli anni è ancora la struttura fondamentale della nostra società. E' un'organizzazione retta da affetti e regole che hanno lo scopo di proteggere e al contempo permettere ai figli di crescere.

Tali regole a volte sembrano scomparire, irrigidirsi o apparire non più adatte a una situazione familiare in evoluzione.

Il rischio principale della famiglia, è quello di diventare un'organizzazione chiusa di cui non si riescono più a sovvertire i meccanismi, anche quando ci si accorge della loro scarsa utilità per il benessere dei suoi componenti.

Nel corso dell'incontro sarà possibile scoprire lo "stile" della propria famiglia, analizzandone potenzialità e criticità, individuando, dove necessario, un modo nuovo di comunicare e di fronteggiare le principali problematiche che quotidianamente ci si trova ad affrontare all'interno della famiglia.

**Mercoledì 16 maggio 2012, ore 18.30**

### **DUBBIO PATOLOGICO**

Già Platone sosteneva che per raggiungere la conoscenza e la certezza bisognasse trascendere i sensi ed utilizzare solo la ragione, spesso però ci si dimentica che anche la ragione può tradire, trascurando gli inganni nei quali è in grado di trarre e i danni che un elevato utilizzo di essa può causare poiché, come sosteneva Lichtenberg, "l'uomo è così perfettibile e corruttibile che può divenire pazzo mediante la ragione." Questo accade il più delle volte proprio a causa di un atteggiamento di eccessiva fiducia nei confronti dei nostri mezzi conoscitivi che ci porta a tralasciare o addirittura cercare di controllare la nostra parte più arcaica: i sensi. Questo meccanismo spinge inevitabilmente la nostra mente alla ricerca razionale di un ignoto non esperibile e, per questo, destinato a rimanere indefinibile. Chi di noi non ha mai provato la sensazione di blocco dovuta alla incapacità di scelta tra due o più opzioni? Quante volte ci è capitato di dedicare gran parte del tempo a rimuginare su qualcosa tanto da rinunciare a compiere una scelta? Nel corso dell'incontro verrà affrontato il tema del dubbio patologico.

**Martedì 24 aprile 2012, ore 18.30**

### **DISTURBI ALIMENTARI**

I disturbi alimentari sono oramai sempre più diffusi oggigiorno ed è facile vedere per strada ragazzine gravemente sottopeso, il loro aspetto sconvolge al solo sguardo. Lo sgomento aumenta se si pensa che molte di loro spendono centinaia di euro al giorno in cibo che ingurgitano velocemente per poi chiudersi in bagno e, quasi fossero rapite da un demone e guidate dalla più trasgressiva passione, vomitano tutto. In una società basata sull'apparenza e su pessimi modelli estetici, i canoni della bellezza vengono distorti a tal punto da far credere a queste persone che più si è esili e sottopeso, più si è visti come personaggi eterei, quasi fuori dal mondo reale. Le cure più estreme consistono in veri e propri ricoveri in cliniche specializzate all'interno delle quali si effettuano trattamenti che prevedono l'inserimento di un sondino nel naso per iniettare direttamente le sostanze nutritive all'interno del corpo delle pazienti a rischio di morte. La cosa che lascia più di stucco è che tali disturbi sono figli di una società opulenta e si possono riscontrare in tutte le culture che raggiungono uno stato di benessere. Sono pressoché inesistenti in ambienti in cui il cibo è una necessità primaria, ma si presentano puntualmente appena la situazione economico-sociale si eleva ad uno status di migliore qualità di vita.

L'obiettivo della conferenza è illustrare concretamente come individuare i primi segnali di questi disturbi, cosa è necessario fare, come sarebbe più utile comportarsi, come queste tipologie di complicati problemi umani si alimentano, si mantengono e, soprattutto, come possono essere risolti in tempi brevi.