ONLUS Nardone Watzlawick

ASSOCIAZIONE NARDONE-WATZLAWICK ONLUS

"Problem Versus Solution"

Associazione Non Lucrativa di Utilità Sociale

DISCORSERIA PSICOLOGICA

8° CICLO DI INCONTRI GRATUITI TRA FORMAZIONE E PREVENZIONE



SABATO 28 FEBBRAIO 2015

TIRATI SU !

Come aiutare veramente una persona depressa

Relatore: dr. Laura Santini

SABATO 21 MARZO 2015

PROBLEMI CON FIGLI ADOLESCENTI ?

Strategie per risolverli

Relatore: dr. Elena Boggiani





SABATO 11 APRILE 2015

SINGLE PER SCELTA: tua o degli altri ?

Come evitare di rimanere per sempre soli

Relatore: Maria Cristina Nardone

SABATO 9 MAGGIO 2015

ANSIA-PAURA-PANICO

Superarle in tempi brevi

Relatore: dr. Susanna Scartoni





SABATO 13 GIUGNO 2015

AUTOSTIMA

come costruire la fiducia in se stessi

Relatore: dr Carla Biasio.

Tutti gli incontri si svolgeranno alle ore 18.00

presso il CENTRO DI TERAPIA STRATEGICA, Piazza S. Agostino, 11 - AREZZO

SABATO 28 FEBBRAIO 2015, ORE 18:00

TIRATI SU!

"Come aiutare veramente una persona depressa"

Coraggio!, devi reagire, c'è di peggio nella vita, non ti preoccupare, questi e tanti altri sono i moniti utilizzati per incoraggiare un amico, compagno, familiare depresso. La tendenza di molti è infatti quella di tirare su la persona immersa nelle sue tristezze. La ricerca intervento svolta al CTS di Arezzo in oltre venticinque anni di lavoro clinico con persone depresse ha messo in evidenza come questo tipo di comunicazione abbia degli effetti disastrosi sulla loro già intensa sofferenza.

Attraverso questo incontro cercheremo di rendere il tuo aiuto davvero utile e funzionale.

♥ RELATORE

Dr. Laura Santini, Psicoterapeuta affiliata allo Strategic Therapy Center di Arezzo, volontaria Nardone Watzlawick Onlus

---

SABATO 21 MARZO 2015, ORE 18:00

PROBLEMI CON I FIGLI ADOLESCENTI?

"Strategie per risolverli"

L'adolescenza ormai si sa è l'età più frastagliata e difficile. I nostri figli non sono più bambini ma non sono nemmeno ancora degli adulti, vivono le prime esperienze della maturità ma con una corazza ancora troppo fragile. Come poterli aiutare in questo passaggio così importante, in questo vissuto così travolgente di amori passionali, emozioni profonde e cambiamenti repentini? Gli stili educativi genitoriali, come risultato dal lavoro clinico con le famiglie di adolescenti problematici, portato avanti da oltre venticinque anni di ricerca intervento presso il CTS di Arezzo, possono portare, se irrigiditi, a delle difficoltà comunicative e quindi produrre ribellione o inibizione nel figlio. Risultato: o comportamenti trasgressivi o comportamenti passivi che si mantengono nel tempo ritardando l'acquisizione dell'autonomia e indipendenza adulta del ragazzo.

L'obiettivo dell'incontro sarà quello di aiutare i genitori ad aiutare i figli a diventare adulti responsabili

♥ RELATORE

Dr. Elena Boggiani, Psicoterapeuta affiliata allo Strategic Therapy Center di Arezzo, volontaria Nardone Watzlawick Onlus

---

SABATO 11 APRILE 2015, ORE 18:00

SINGLE PER SCELTA: tua o degli altri?

"Come evitare di rimanere per sempre soli"

I single sono quelli che stanno bene da soli e che non hanno bisogno dell'aiuto di nessuno, ne' tantomeno dell' affetto di qualcuno. Ma è davvero così o si tratta di un simpatico e sublime autoinganno a cui aggrapparsi per vivere tranquilli? Un po' come la storia di Fedro che vedeva la volpe pensare al succoso grappolo d'uva come acerbo, per l'incapacità di raggiungerlo.

Allo stesso modo la scelta dei single è voluta o subita? A questo interrogativo si può rispondere come segue: non sempre la condizione vissuta corrisponde a quella cercata, anche se nella maggior parte dei casi è proprio ciò che si vorrebbe far credere. Quale fetta di quel 40% di celibi e nubili soli, individuati dalle indagini ISTAT in Italia, ha il coraggio di ammettere che non ci sia nessuno disposto ad iniziare una storia, una relazione quantomeno frivola o seria che sia?

Attraverso l'incontro cercheremo di cogliere gli errori ricorrenti in cui si può incappare nell'approccio con l'altro sesso, per suggerire strategie di comportamento utili a mantenere accanto a noi la persona che ci piace piuttosto che farla scappare a gambe levate.

♥ RELATORE

Maria Cristina Nardone, A.D. di Strategic Therapy Center e Presidente Nardone Watzlawick Onlus

---

SABATO 9 MAGGIO 2015, ORE 18:00

ANSIA-PAURA-PANICO

"Superarle in tempi brevi "

La paura è una sensazione di base caratteristica non solo dell'uomo ma di tutti gli esseri viventi. E' funzionale in quanto prepara ad una reazione di difesa qualora si sia in presenza di uno stimolo minaccioso. Nell'uomo però questa sensazione viene influenzata da molti fattori che vanno ben al di là da quello prettamente istintivo. Se nel mondo animale la paura rimane un' importante risposta al pericolo, nella nostra società moderna, dove non sussistono o sono ridotte al minimo minacce dirette alla vita o situazioni di rischio estremo, il nostro rapporto con la paura diviene spesso ostico e problematico avendo essa perduto le sue caratteristiche primarie di protezione e salvaguardia dell'integrità fisica. Così spesso capita che in circostanze prive di qualsiasi rischio effettivo ed evidente, colga improvvisamente l'individuo, come un fulmine a ciel sereno. In men che non si dica il respiro si fa corto, il cuore comincia a correre, le mani sudano, la testa leggera sembra che stia per spiccare il volo cos'è che alimenta tutte queste risposte nei momenti più inaspettati ed imprevedibili? La Terapia Breve Strategica illustra come il nostro inadeguato rapporto con questa emozione inneschi un corto circuito nella naturale espressione di sensazioni fisiologiche spontanee sino a renderle del tutto travolgenti ed inarrestabili.

Obbiettivo dell'incontro è quello di evidenziare le strategie più efficaci alla gestione della paura. Già gli antichi sumeri nelle tavole in pietra scrivevano "La paura guardata in faccia diventa coraggio, la paura evitata diventa panico".

♥ RELATORE

Dr. Susanna Scartoni, Psicoterapeuta affiliata allo Strategic Therapy Center di Arezzo, volontaria Nardone Watzlawick Onlus

---

SABATO 13 GIUGNO 2015, ORE 18:00

AUTOSTIMA:

"Come costruire la fiducia in se stessi"

"Non vediamo le cose per come sono ma per come siamo" .

Uno tra i primi psicologi a studiare l'autostima fu William James agli inizi del 900 sulla base di osservazioni per cui alcune persone con scarse abilità sembravano dotate di una sicurezza di sé ostentata ed incrollabile, mentre altri stimati da tutti e ritenute persone valide diffidano delle proprie qualità. Chi sperimenta **bassa autostima** non sentendosi sufficientemente sicuro del proprio valore e delle proprie qualità, **evita di scegliere e agire** per un eccessivo timore di sbagliare, **sperimenta maggior incertezza** e difficoltà a staccare dalla situazione problematica per cercare una soluzione e quando vive un insuccesso, **soffre maggiormente**, associando l'accaduto esclusivamente ad una **sua mancanza** mentre quando sperimenta un successo tende a svalutarlo, sminuirlo. L'autostima è una caratteristica molto importante poiché determina i vissuti personali sino ad influire ed intaccare il sereno vivere quotidiano continuamente attaccato dalle minacce dell'inquisitore interno. Chi sperimenta bassa autostima infatti vive la sensazione di perdere il controllo dei propri stati d'animo sentendosi spesso mancare le forze e la determinazione per raggiungere i propri obiettivi.

L'incontro vuole fornire strategie per migliorare la propria autostima e costruire una sana fiducia di sé

♥ RELATORE

Dr. Carla Biasio, Psicoterapeuta affiliata allo Strategic Therapy Center di Arezzo, volontaria Nardone Watzlawick Onlus

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**.

Siamo un gruppo di affermati professionisti, psicologi, psicoterapeuti e consulenti**,** uniti dalla formazione nel **Modello di Terapia Breve Strategica** e dalla condivisione di un **IMPEGNO SOCIALE,** disponibili ad aiutare le persone non abbienti a trovare soluzioni efficaci.

E' nata così la "*NARDONE WATZLAWICK ONLUS*" che intende essere un veicolo per dimostrare **come i disturbi psichici e comportamentali possano essere condotti a guarigione in tempi brevi, senza il ricorso massiccio a psicofarmaci o altre forme di invasiva terapia.**

Orgogliosi di poter onorare la memoria di **Paul Watzlawick** che continua ad essere presente nelle opere che ci ha lasciato; orgogliosi di portare il cognome di **Giorgio Nardone,** che con Watzlawick oltre ad un forte legame d'amicizia ha condiviso **un progetto che oggi porta il nome di "Centro di Terapia Strategica**", e con il quale ha strutturato *un **nuovo Modello terapeutico:*** "*Terapia Breve Strategica*" che ha dimostrato la propria sorprendente efficacia ed efficienza nella risoluzione delle più invalidanti e persistenti forme di patologia di ordine psicologica e relazionale dei nostri tempi. **L'86% DEI CASI SI RISOLVE MEDIANTE UN TRATTAMENTO DI DURATA MEDIA PARI A SOLE 7 SEDUTE,** *ricerca pubblicata* in "*Brief Strategic Therapy" (*Nardone G., Watzlawick P., *2004)*.

L'associazione, sia in Italia che all'estero, svolge attività di sostegno psicologico, assistenza sociale e socio sanitaria, organizza campagne d'informazione per la tutela del diritto alla salute dell'uomo e degli animali, beneficenza e ricerca scientifica mettendo a disposizione i diversi servizi gratuiti.

IL NOSTRO INVITO ALLA DISCORSERIA PSICOLOGICA

L'idea di organizzare queste conferenze gratuite ed aperte a tutti, nasce dall'osservazione del crescente bisogno di trovare uno spazio di 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 sociale.

L'intenzione di questi incontri, infatti, sarà sempre quella di andare oltre alle analisi ed alla semplice ricerca dei probabili colpevoli o del "*perché"* di un problema, ma di proporre invece esempi ed indicazioni, molto concrete, sulla prevenzione e cura in tempi rapidi.

Sede Legale, Presidenza e Segreteria: Via dei Redi,13 - 52100 Arezzo

www.nardone-watzlawick-onlus.org - www.animaanimalis.it

Per richiedere il nostro aiuto e ricevere informazioni sui servizi e sulle modalità per accedervi contattaci

Tel. 0575 350 240 e-mail segreteria@nardone-watzlawick-onlus.org

♥ NARDONE-WATZLAWICK ONLUS : alcuni progetti realizzati

ANIMAANIMALIS SOCIAL BENEFIT
OF THE RELATION BETWEEN ANIMAL AND HUMAN BEINGS



PIÙ DI 300 CONFERENZE



GRATUITE SVOLTE IN TUTTA ITALIA

