

INTRODUCONO

Dr. Tommaso Maniscalco – Dir. DSM Azienda ULSS 7
 Mariano Barbieri - Fondatore Associazione Psiche 2000

I RELATORI DEL CORSO

Dr.ssa – Silvia Tomelleri – Psichiatra – DSM Azienda ULSS 7
 Dr.ssa Catia Pegoraro – Psicologa, psicoterapeuta - Psiche 2000
 Dr. Riccardo D'Avanzo – Psichiatra, psicoterapeuta
 Persone coinvolte e volontari con le loro testimonianze.

Psiche 2000 - Chi siamo

Psiche 2000 nasce nel 1983 dall'esperienza del dolore umano. Quei **luoghi non sono** stati dimenticati, bensì **trasformati** in un utile progetto associativo. Tante iniziative anche per **sensibilizzare** la cittadinanza e **combattere il pregiudizio** nel settore della salute mentale. Psiche 2000 crede nella **prevenzione** ed è impegnata nella difesa del benessere umano e nella sensibilizzazione alla conoscenza dei bisogni interiori.

IL CENTRO DI PSICOLOGIA

COLLOQUI AGEVOLATI CON LA PSICOLOGA

Tel. 0445891440 – Segreteria ore 16.00 – 19.00

IL GRUPPO DI ASCOLTO

I piccoli gruppi di auto-aiuto possono essere un ottimo modo per stare **insieme** nella reciprocità della **condivisione**, del senso della relazione, dell'appartenenza e della **solidarietà**. Rappresentano un'utile **scuola esistenziale**. La partecipazione è gratuita.

AIUTACI AD AIUTARE

Partecipare all'associazione non comporta obblighi costanti, ma certamente **serietà e senso di responsabilità**. Previa reciproca conoscenza e **approfondimento** della motivazione, si può essere volontario operativo o solo socio sostenitore. **Contattaci!**

Psiche 2000 - Informazioni

Tel. 0445368893 (ore 18.00-19.00)

www.psiche2000.it – e-mail assopsiche@virgilio.it

**PROGETTO
 ASCOLTIAMOCI**

Con il Patrocinio

DSM AZIENDA ULSS 7 - COMUNE DI ZANÈ

PERCORSI DELLA MENTE

**L'INTELLIGENZA
 INTERPERSONALE E SOCIALE
 SALUTE MENTALE
 VOLONTARIA-MENTE**



**CENTRO SOCIO-CULTURALE – ORE 20.15
 PIAZZA A. MORO, 4 - ZANÈ**

PROGRAMMA

LUNEDÌ 04/11 – DR.SSA CATIA PEGORARO

La comunicazione **interpersonale** come strumento di relazione. Imparare ad ascoltarsi per incontrarsi. La **percezione soggettiva**. L'**empatia come strumento di aiuto**: il riconoscimento dell'altro. Le risposte che mantengono viva o inefficace la comunicazione. Elementi per una migliore conoscenza e **comprensione di sé**. Le "manovre" comunicazionali: ricatti, lusinghe, persuasioni, manipolazioni. Saper dire *no*. **Ascoltare per valorizzare e criticare senza ferire**. L'aggressività come risposta e come difesa.

LUNEDÌ 11/11 - DR.SSA SILVIA TOMELLERI

Breve cenno sui disturbi di personalità e psicotici...
Gestire la relazione terapeutica. I familiari coinvolti. L'influenza dello stigma e del **pregiudizio**. Possibili cause dei disturbi. Dinamiche caratteriali, familiari e ambientali che vi possono interagire. **Fattori di rischio** e fattori di protezione.

LUNEDÌ 18/11 – DR. RICCARDO D'AVANZO

Ansia e panico: aumento dell'utenza, evoluzione e significato. **La depressione**. Comunicare la sofferenza e saperla ascoltare. Conflitti, emozioni e **sentimenti feriti**. Convivere, accettare e **comprendere le problematiche emotive**. Interagire con la persona che soffre. Psicofarmaci e/o Psicoterapia?

LUN. 25/11 – TESTIMONIANZE – ORE 20.15

Testimonianze di persone coinvolte nell'ambito della salute mentale e del volontariato. **Fare volontariato**: la scelta e la **motivazione**. Consapevolezza degli obiettivi e **superamento** degli interessi personali. **Il volontariato produttivo: non per se stessi** e non solo per fare quello che piace. **Volontariato e salute mentale**. L'**affidabilità e la continuità**.

LUN. 25/11 – DR.SSA CATIA PEGORARO – ORE 21.15

Volontariato: la relazione d'aiuto. Efficacia e limiti del proprio carattere nel rapporto con gli altri. L'atteggiamento educativo di chi aiuta. Saper stare in gruppo per una collaborazione efficace. Esistere nel volontariato: **io o l'altro?** Aiutare: quale valore oggi? Lo stile di lavoro. Sapere mediare tra le proprie inclinazioni e quelle degli altri. Le competenze **interpersonali**. Consapevolezza degli obiettivi realistici.

01/12/ Teatro e salute mentale: utenti e volontari in scena.

PARTECIPARE

Psiche 2000 organizza corsi da almeno 20 anni. Sono rivolti a **tutte le persone motivate a partecipare** per informazione, aggiornamento e cultura personale. Invitiamo **qualificati Relatori** capaci di **esprimere** professionalità, **sensibilità e profondità** di pensiero. Le lezioni sono di tipo frontale, con **spiegazioni**, proiezione di **slide** e possibilità di fare **domande**. Al termine del corso si svolgerà uno spettacolo teatrale: protagonisti utenti e volontari. Psiche 2000 di Vittorio Veneto.

MOTIVAZIONI DEL CORSO

Per comprendere il valore della comunicazione e farne strumento di arricchimento reciproco. Per ricordare il senso del rispetto implicito in ogni relazione, affinché la diversità di pensiero significhi considerazione per l'unicità della persona. Per conoscere il disagio psichico e perché la sofferenza non spaventi né divida, ma sia esperienza da condividere e affrontare. Perché il pregiudizio non offenda l'intelligenza e non deturpi la sensibilità umana. Per tornare a credere nella forza del gruppo e nella straordinaria bellezza di offrirsi *volontariamente* all'altro... meglio se con equilibrio, umiltà, buon senso e consapevolezza. Per esplorare il rapporto tra "salute mentale" e volontariato.

REGOLAMENTO E INFORMAZIONI

Iscrizioni sino al 31/10/2019, salvo esaurimento posti. Non si **accettano** solo per 1-2 incontri, bensì **persone** interessate a partecipare a tutti gli incontri (salvo gravi imprevisti). Si consiglia di non aderire all'ultimo minuto, la sala ha un limite di posti. L'**ingresso** è soggetto a **responsabile** offerta, da versare preventivamente **nei luoghi sotto indicati**, affinché ci sia la **sicurezza** che l'iscrivendo partecipi. Quando l'ingresso è gratuito, alcune persone si iscrivono, ma poi non si presentano! All'inverso, qualcuno si presenta improvvisamente la prima sera. Il Corso è rivolto anche al volontariato: cerchiamo persone sensibili e motivate per un nuovo progetto: www.psiche2000.it.

DOVE ISCRIVERSI

- A) Psiche 2000 – Via Peguri, 2 – Chiuppano - da Lunedì a Venerdì ore 16.00 - 19.00.
- B) Psiche 2000 - Centro socio-culturale– Zanè (100 m. da P.zza Salvo D'Acquisto) – Sabato ore 9.00 – 10.00 – Stanza n. 7.
- C) Psiche 2000–Schio – Venerdì ore 18.30 – Luogo: telefonare.

PROGETTO
ASCOLTIANOCI