

VareseNews

Ansia, panico, agorafobia? Nasce un gruppo di auto-aiuto

Pubblicato: Sabato 10 Luglio 2010

Ansia, attacchi di panico, agorafobia, fobie sociali. Chi, fortunato, non ne ha sofferto non potrà mai capire fino in fondo cosa significhino queste parole. Chi ne sa in prima persona non potrà mai dimenticare, nemmeno una volta "guarito" dai suoi mali, cosa voglia dire essere travolti da un attacco, non riuscire a spostarsi autonomamente, ridursi a dipendere dagli ansiolitici. Per combatterli insieme, per dare forza a chi si sente solo contro un mondo che spesso non comprende, o addirittura giudica, nasce anche a Busto Arsizio un primo **gruppo di auto-aiuto** a cura della **LIDAP**, associazione che dal 1991 segue questo tipo di problematiche "esplose" in modo impressionante nella nostra società, come graficamente dimostra l'impennata del consumo di psicofarmaci.

Sabato 19 giugno si è svolto il primo incontro del gruppo bustocco, il secondo è previsto per sabato 10 luglio alle ore 17, presso un locale del bar New Fashion in Via Libia, 13 nella zona del Tribunale. L'incontro è rivolto a persone delle province di Como, Varese, Legnano e zone limitrofe.

Ci spiega qualcosa di più Patrizia Biscotti del direttivo LIDAP. «La nostra è **una associazione di pazienti, gestita da pazienti**, con una cinquantina di gruppi in tutta Italia: non seguiamo un approccio di psicoterapia ma di auto-aiuto. I gruppi, che vanno da un minimo di tre a un massimo di dodici persone (il gruppo di Busto Arsizio ne conta per ora cinque), sono formati da persone affette da questi disturbi coadiuvate non da uno psicologo ma da un "**facilitatore**", in inglese "helper". Per ora in Lombardia abbiamo gruppi a Milano, Bergamo, Brescia, appunto Busto e Cinisello Balsamo. Il nostro problema è di farci conoscere come associazione sul territorio, quando i gruppi poi si ingrandiscono è sempre possibile costituirne di nuovi, fruendo dei nostri vent'anni di esperienza e di persone che conoscono le problematiche per esserci passate». L'importante insomma è venire in contatto con il gran numero di persone, **di entrambi i sessi e di tutte le età**, colpite da questi disturbi gravemente limitanti dell'autonomia e dell'autostima della persona.

Per informazioni, contattare i numeri 02/57307988 oppure 328/2827206 dal lunedì al venerdì, dalle 9.30 alle 13 oppure inviare una mail a patriziabis@lidap.it

Redazione VareseNews

redazione@varesenews.it