

Giornata della Salute Mentale: counselling all'IPSE

Data : 9 ottobre 2013

In occasione della **Giornata Mondiale della Salute Mentale** l'Istituto Psicologico Europeo organizza colloqui gratuiti di counseling nei giorni **10 e 11 ottobre 2013**

L'Organizzazione Mondiale della Sanità (OMS) definisce la salute mentale come uno stato di

benessere emotivo e psicologico nel quale l'individuo è in grado di sfruttare le sue capacità cognitive o emozionali, esercitare la propria funzione all'interno della società, rispondere alle esigenze quotidiane della vita di ogni giorno, stabilire relazioni soddisfacenti e mature con gli altri, partecipare costruttivamente ai mutamenti dell'ambiente, adattarsi alle condizioni esterne e ai conflitti interni. Recenti studi hanno evidenziato che **i disturbi relativi alle malattie mentali rivestono un'importanza crescente in tutti i Paesi industrializzati** sia per il numero dei soggetti colpiti, sia per l'elevato carico di disabilità e di costi economici e sociali che comportano per le persone colpite e per i loro familiari.

Anche in Italia, come in altri Paesi industrializzati, i disturbi mentali costituiscono una delle maggiori fonti di carico assistenziale e di costi per il Servizio Sanitario Nazionale; **si presentano in tutte le classi d'età, sono associati a difficoltà nelle attività quotidiane, nel lavoro, nei rapporti interpersonali e familiari** e alimentano spesso forme di indifferenza, di emarginazione e di esclusione sociale. La disponibilità e la diffusione di interventi terapeutici e preventivi, basati su evidenze scientifiche, atti a promuovere la salute mentale possono ridurre tale impatto e permettere alle persone di condurre una vita improntata all'insegna del benessere.

IPSE, Istituto Psicologico Europeo, centro di clinica, formazione e ricerca psicosociale, con sede

a Varese in via Cesare Correnti 2, in occasione della **Giornata Mondiale della Salute Mentale 2013** offre la possibilità di effettuare **colloqui di counseling con professionisti abilitati, a titolo gratuito**, per una valutazione delle problematiche che affliggono le persone e che rendono difficili le relazioni personali o sociali. Il counseling, ancora poco noto in Italia, è una professione affermata nel resto dell'Europa dove viene considerata come necessaria per affrontare le difficoltà quotidiane senza ricorrere alla psicoterapia; a differenza di quest'ultima, infatti, il counseling non tratta persone malate, si occupa invece di potenziare le risorse personali per meglio affrontare le difficoltà che ciascuno pensa siano insormontabili o i progetti che pensa siano irrealizzabili.

DAI VOCE AI TUOI PENSIERI è un'iniziativa dell'Istituto Psicologico Europeo che si terrà nei giorni del **10 e 11 ottobre 2013 dalle 17,30 alle 20,30**. In tali orari chi desidera potrà fissare un colloquio con un counselor professionista per poter esprimere i propri progetti o dubbi

e valutare con il counselor il percorso migliore per affrontarli. Data la disponibilità è necessaria la prenotazione presso la Segreteria dell'Istituto al numero di telefono: 0332 238726