

## Il disagio mentale: incontri di prevenzione

Data : 8 ottobre 2013

### **Il 10 ottobre si celebra la Giornata Mondiale della Salute Mentale.**

Il Dipartimento di Salute Mentale dell'Azienda Ospedaliera ha organizzato una serie di eventi, che si terranno nel corso dei **mesi di ottobre e novembre**, finalizzati alla **prevenzione primaria del disagio psichico**, nonché a promuovere un messaggio di benessere e a combattere lo stigma che caratterizza la malattia mentale.

**LA RELAZIONE GENITORE – FIGLIO** è il titolo di una serie d'incontri, **aperti a tutti**, che si terranno presso gli **Ospedali di Busto Arsizio e Saronno**.

La ricerca scientifica internazionale nell'ambito delle Teorie dell'Attaccamento ha dimostrato, ormai da diversi decenni, come **l'aspetto fondamentale delle relazioni tra genitori** (o altre figure di accudimento) e **figli sia la costituzione di un legame di Attaccamento Sicuro** quale premessa **per uno sviluppo sano della personalità e delle capacità intellettive**, e come la costruzione di questo legame sia condizionata dagli stili relazionali appresi, a loro volta, dai genitori nelle relazioni della loro infanzia.

Si cercherà di mostrare, attraverso la proposta di filmati, letture, piccole esercitazioni

da svolgere nella quotidianità, come **gli stili di attaccamento interiorizzati nell'infanzia influenzino gli atteggiamenti e gli stili relazionali del genitore**, e come questi a loro volta **si riflettano nello stile di attaccamento dei figli**, contribuendo alla formazione della loro personalità. Si cercherà inoltre di mostrare come la consapevolezza delle proprie emozioni e dei propri stili relazionali possa aiutare il genitore nello stabilire con il figlio un attaccamento sicuro e, di conseguenza, aiutarlo a sviluppare capacità efficaci di riconoscimento e di regolazione delle proprie emozioni e a prevenire difficoltà psicologiche e relazionali. Infine, verranno affrontati gli ostacoli che più frequentemente i genitori incontrano nella costruzione del legame di attaccamento con i figli, i rischi e le conseguenze della costituzione di un legame di attaccamento insicuro, e le strategie efficaci attraverso le quali rimediare alle inevitabili "rotture" della relazione, senza perdere nei confronti del figlio la capacità di essere riferimento affettivo sicuro, oltre che autorevole e normativo.

**Il primo incontro a Busto Arsizio è programmato per il 23 ottobre alle ore 20.30** presso l'Aula Suor Bianca – Palazzina Formazione, mentre a **Saronno il 22 ottobre alle ore 18 presso l'Aula Morandi**.

A Saronno sono inoltre previsti una serie di appuntamenti previsti nel programma “**PAURA DA**

**MATTI: LA GUARIGIONE POSSIBILE”**, organizzati in collaborazione con l’Assessorato alla Cultura Cittadino e con le diverse realtà associative e di volontariato che operano nel settore della Salute Mentale.

Le iniziative sono promosse anche da O.N.Da, l’Osservatorio Nazionale sulla Salute della Donna, al cui Network Bollini Rosa fanno parte gli Ospedali dell’Azienda.

Maggiori informazioni possono essere richieste telefonando ai **numeri 0331 699802 per Busto**

**Arsizio e 02 9605341** per Saronno, oppure può essere consultato il sito dell’Azienda Ospedaliera

[www.aobusto.it](http://www.aobusto.it) alla sezione eventi.