

VareseNews

Terapia integrata e comunicazione per la prevenzione e cura di stress e trauma: i temi al centro del Convegno NOI SIAMO UNO

Pubblicato: Martedì 11 Ottobre 2022



**Terapia integrata
per la prevenzione
e la cura dello stress
e del trauma**

EDIZIONE 2022

LA COMUNICAZIONE ENTRA NEL CORPO

VARESE, 15 OTTOBRE 2022

Sala Giuseppe Montanari - Via Bersaglieri, 1, 21100 Varese

 09:15 – 18:00

 Gratuito

 Sala Montanari

 Sala Giuseppe Montanari – Ex cinema Rivoli, Via dei Bersaglieri

 Varese

Il trauma psicologico e il ruolo della comunicazione come una possibile causa ma anche come cura: questo il tema centrale dell'evento che si terrà? **sabato 15 ottobre a Varese (Sala Giuseppe Montanari) e in diretta streaming nazionale**, la seconda edizione del **Convegno NOI SIAMO UNO**, promosso dall'**Associazione Essere Esseri Umani**.

Diretto dalla **dott.ssa Marta Zighetti, psicologa e psicoterapeuta**, il Convegno rappresenta un'inedita

iniziativa di carattere scientifico che apre a tutta la cittadinanza, oltre che agli operatori socio-sanitari, un incontro con alcuni tra i maggiori esperti a livello nazionale e internazionale di diverse discipline per un **confronto di pubblica utilità? sul ruolo della comunicazione nel trauma**. Un'iniziativa dalle finalità etiche, che per questo ha ottenuto il patrocinio del Comune di Varese oltre che di numerose Associazioni sociali e sanitarie.

Grazie al contributo di alcuni tra i maggiori esperti di psicologia, psichiatria e medicina, psiconeuroendocrinoimmunologia e neurofisiologia, ma anche delle discipline bottom up – come yoga, mindfulness o neurofeedback – che presenteranno nuovi studi e casi concreti, verrà promossa la circolazione di informazioni sul trauma psicologico, sull'impatto che ha sulla salute psico-organica dell'individuo, sul ruolo della comunicazione e della cooperazione tra tutti i soggetti coinvolti nella cura, con l'obiettivo di **rafforzare la collaborazione per promuovere un approccio integrato**.

Programma completo

La terapia integrata: un nuovo approccio alla cura del trauma

Proprio perché? l'essere umano è per definizione complesso, la risposta ai suoi quesiti e necessità non può essere semplice, né unica per tutti. Le **neuroscienze** insieme alla **medicina, psicologia e psichiatria** hanno mostrato con ricerche approfondite quanto la terapia integrata sia efficace per generare e ripristinare benessere ed equilibrio personale.

Per questo **la dimensione della cura necessita di ampliare gli orizzonti** mettendo in campo contemporaneamente una molteplicità di competenze, più discipline, più attività, più approcci che, in un'ottica collaborativa, concorrano a comporre il "puzzle" della Terapia Integrata.

Nel corso del Convegno, verranno illustrati casi clinici ed esperienze per condividere buone pratiche e diffondere la conoscenza su questo argomento.

Le parole hanno un impatto sulla fisiologia umana

"Le parole possono regolare l'organismo e modificare la risposta immunitaria, emotiva, fisica, neurobiologica e motivazionale di un individuo" chiarisce la dott.ssa Zighetti. "Quando accade di entrare in contatto con qualcuno che sta attraversando una situazione di grande difficoltà? cioè che caratterizza una comunicazione consapevole e prima di tutto l'accettazione e validazione dell'emozione, sia pure questa negativa, e in secondo luogo comprensione e utilizzo consapevole di sguardo, tono della voce, inclinazione del capo e prossemica."

L'essere umano è, infatti, un essere sociale che **basa la sua intera esistenza sulla relazione**: per questo la buona comunicazione e il supporto sociale – è stato provato scientificamente – impattano positivamente nella cura di stress e trauma. "La comunicazione consapevole e il supporto sociale funzionano addirittura come strumento di prevenzione da rischi futuri di ipercolesterolemia, diabete, e rischio cardiovascolare, riducendo il pericolo di complicanze e perfino lo stress generato da esami clinici" aggiunge Zighetti.

Rapporto operatori sanitari – pazienti: la comunicazione come una terapia

L'uso consapevole della **comunicazione** assume carattere **fondamentale nel rapporto tra medici, personale socio-sanitario e i pazienti**. Il rapporto medico-paziente è un esempio di rapporti cruciali quali genitori-figlio, capo-dipendente. La comunicazione, a seconda dell'uso che se ne fa, può essere equiparata ai benefici di un farmaco oppure essere fonte di danno. Su questo fronte si rivela di grande importanza sensibilizzare e formare il personale sanitario verso un uso consapevole della

comunicazione nella direzione di uno stile comunicativo che veicoli sicurezza e fiducia. In questo senso, assunta rilevanza fondamentale una formazione mirata del personale sanitario.

Un ambito che vede l'impegno concreto del Gruppo Essere Esseri Umani che, con il Dr. Andrea Bertolini – in linea con quanto pubblicato dal Dr. Aldo Bonaventura, vincitore del premio New-Care 2022 della Fondazione Giancarlo Quarta sul tema “Idee innovative sulla Relazione Medico Paziente e di Cura, in ambito Ospedaliero e Territoriale” – ha intrapreso un percorso formativo dedicato a medici e infermieri di ASST dei Sette Laghi. Un training che pone il focus sulla comunicazione tra medico, paziente e familiari del paziente in modo da valorizzare le potenzialità e i vantaggi di una comunicazione operatore-paziente più “umana”. Tra cui: un miglioramento dell'esperienza del paziente e dei suoi familiari (anche nei casi delle patologie più invalidanti), la riduzione dei costi sociali grazie alla massimizzazione della compliance del paziente al percorso di cura (la comunicazione può arrivare perfino a stimolare una maggior risposta immunitaria), una riduzione dei costi sociali dovuta alla riduzione dei casi di malpractice, la prevenzione del burnout nel personale sanitario.

La partecipazione al Convegno è aperta a tutti e gratuita, previa iscrizione online

Domenica 16 ottobre, open day Essere Esseri Umani



Domenica 16 ottobre è previsto presso la sede di Essere Esseri Umani (via Limido, 48 – Varese) un **OPEN DAY** durante il quale si svolgeranno **prove e workshop esperienziali gratuiti** delle attività complementari per il benessere e la cura della persona che sono proposte dall'Associazione promotrice di questa seconda edizione del Convegno.

Le attività di domenica 16 ottobre sono ad **accesso libero fino a esaurimento posti**

Per provare le sessioni di Neurofeedback e Shiatsu è preferibile la prenotazione alla Segreteria di Essere Esseri Umani al 351 04 99 140

Clicca qui e scarica il programma completo dell'open day
di a cura di Associazione Essere Esseri Umani

