



2013

MAGGIO

DI INFORMAZIONE PSICOLOGICA

Non c'è salute senza salute mentale

13 Maggio 2013 ore 20,45 – Mediateca di S.Lazzaro, via Caselle, 22 S.Lazzaro di Savena
Incontro a tema della [Dott.ssa Licia Vicinelli](#), Psicologa Psicoterapeuta, ingresso libero:

PAURA, PANICO E FOBIE

L'obiettivo della serata è illustrare le modalità per prevenire o gestire, strategicamente e tempestivamente, i disturbi fobici e fornire indicazioni rispetto all'aiuto più opportuno da mettere a disposizione delle persone a noi vicine che ne soffrono. [Prenotazione](#)

I disturbi fobici sono altamente invalidanti per la persona che ne soffre, non solo per le terribili sensazioni e sintomi che si scatenano e il cui apice è rappresentato dall'attacco di panico, la paura di morire o di perdere il controllo e impazzire, ma anche per tutte le limitazioni di libertà e autonomia che il rischio imminente di sentirsi male comportano. Fuga dopo fuga, lo spazio vitale si restringe progressivamente e inesorabilmente fino a ridursi, nei casi più gravi in cui il disturbo perdura da molti anni, alle proprie mura domestiche. Se da una parte esse rappresentano l'unico rifugio sicuro, dall'altra costituiscono una vera e propria prigione dalla quale è impossibile uscire se non sotto il vigilante sguardo delle proprie "guardie", parenti, partner, amici pronti a intervenire in caso di bisogno.

Questa costituisce la situazione limite, ma sono a loro modo invalidanti anche le fobie che, sebbene meno estese, comportano delle rinunce per la persona, come ad esempio non visitare il centro storico di una città per evitare i piccioni, prendere strade alternative nell'impossibilità di attraversare una galleria o di immettersi in autostrada, non poter assistere ad uno spettacolo teatrale per via delle troppe persone presenti, evitare le situazioni sociali per paura di arrossire o rinunciare al viaggio a lungo desiderato per il timore di prendere l'aereo.

I disturbi fobici sono molto originali, possono avere come fulcro i più disparati oggetti e situazioni poiché ciò che ci spaventa non è tanto la cosa in sé ma l'idea che ne abbiamo e che prescinde dalla sua reale pericolosità. Quello che invece li accomuna in maniera trasversale sono le strategie fallimentari che si utilizzano per gestirli e che fanno sì non solo che perdurino ma che peggiorino progressivamente. Lo scopo dell'incontro è promuovere la conoscenza di tecniche terapeutiche di successo per la cura delle patologie fobiche ed evidenziare cosa possiamo iniziare a fare davanti alle paure nostre e dei nostri cari, non solo per risolvere i disturbi già conclamati ma per evitare il rischio di incorrervi. Per questo incontro è gradita la [prenotazione](#).



Informazioni e prenotazioni:

www.psicologimip.it

Dott.ssa Licia Vicinelli
3298532552

www.licivicinelli.com