

## La psicoeducazione per imparare a gestire l'ansia

**Pubblicato:** Martedì 11 Aprile 2017



Il **Centro Psico Sociale di Luino** propone una nuova metodologia per affrontare il disturbo ossessivo compulsivo. La metodologia si rivolge ai **pazienti che soffrono dei principali disturbi d'ansia**, tra cui il **Disturbo d'Ansia Generalizzato, il Disturbo da Attacchi di Panico e la Fobia Sociale**, sempre più diffusi nella popolazione generale.

Scopo del gruppo psicoeducativo è quello di **aiutare i pazienti a migliorare la loro capacità di far fronte e gestire i sintomi ansiosi invalidanti**, recuperando una miglior qualità di vita.

La psicoeducazione è uno strumento duttile, fondato su un assunto di base: più la persona conosce il disturbo di cui soffre, tanto meglio sarà in grado di affrontarlo e di gestirlo. **L'intervento psicoeducativo di gruppo permette infatti di dare e raccogliere informazioni in modo chiaro ed articolato**, al fine di rendere il **paziente più competente e consapevole del suo problema**, in un'ottica di empowerment individuale, oltre a consentire un'esperienza relazionale nuova e arricchente, basata sulla condivisione ed il confronto tra persone che combattono contro un nemico comune.

Il programma Psicoeducativo di Gruppo si svolgerà presso il Centro Psico Sociale di Luino, sotto la **guida e la supervisione del Dott. Cioffi**, Direttore del Dipartimento di Salute Mentale della ASST dei Sette Laghi, e del **Dott. Pedroni**, Responsabile dei Centri Psico Sociali della Psichiatria Verbano, e sarà condotto dalle psicologhe **Dott.ssa Armiraglio e Dott.ssa Unida**.

Il programma prevede **sei incontri di gruppo a cadenza settimanale** a partire dal mese di maggio 2017, rivolti a paziente con diagnosi di disturbo d'ansia o sintomatologia ansiosa o ansioso-depressiva in carico nei due Centri Psico Sociali della Psichiatria del Verbano, **con una particolare attenzione per i più giovani**. L'obiettivo è che tale strumento contribuisca a migliorare la qualità di vita dei pazienti e dei loro familiari e possa nel tempo trovare un più ampio utilizzo nel trattamento dei disturbi psichiatrici, nella logica dell'integrazione di metodologie di intervento basate su differenti approcci teorici di riferimento.

Redazione VareseNews  
redazione@varesenews.it