

## VareseNews

# Il potere delle parole nel trauma psicologico: a Varese il convegno “la comunicazione entra nel corpo”

**Pubblicato:** Giovedì 1 Settembre 2022



09:00 – 18:00



Sala Montanari



Sala Giuseppe Montanari – Ex cinema Rivoli, Via dei Bersaglieri



Varese



<http://terapiaintegrata2022.webinarmore.it/>

Si svolgerà **sabato 15 ottobre a Varese**, presso la Sala Giuseppe Montanari, l'edizione 2022 del **Convegno NOI SIAMO UNO**, promosso dall'**Associazione Essere Esseri Umani** sotto la direzione scientifica della **dottorssa Marta Zighetti**, per promuovere presso gli operatori socio-sanitari e tutti i cittadini la conoscenza del trauma psicologico e dell'importanza di un approccio integrato “mente-corpo” nella prevenzione e nella cura dello stress e del trauma.

La partecipazione al Convegno è aperta a tutti e gratuita, previa iscrizione online: **PROGRAMMA COMPLETO E ISCRIZIONI AL SITO**

L'edizione 2022 del Convegno NOI SIAMO UNO, dedicato all'interazione tra parole e trauma, si apre alla cittadinanza con **una chiara finalità di tipo sociale**. Attraverso i contributi di Relatori scientifici, la presentazione di nuovi studi e ricerche e di casi concreti, si desidera portare a conoscenza del pubblico la tematica del trauma e del ruolo centrale della comunicazione nella sua prevenzione e cura. Il Convegno ha ricevuto il Patrocinio del Comune di Varese e di numerose altre Istituzioni e Associazioni che condividono la finalità divulgativa e sociale dell'iniziativa.

“Siamo felici di poter affrontare questo tema complesso, che impatta sugli individui e sulla collettività, con un parterre di relatori molto autorevoli su questi argomenti e di rendere accessibile gratuitamente l'evento a tutte le persone interessate” commenta Marta Zighetti.

Varese si pone così come città del dialogo, grazie a questo importante Convegno aperto al pubblico che promuove la circolazione di informazioni sulla tematica del trauma e la cooperazione tra tutti i soggetti coinvolti, a partire dalla collaborazione tra medici e psicologi-psicoterapeuti per un approccio integrato nel sostegno a chi soffre.

**CONOSCERE IL TRAUMA: UNA PRIORITÀ PER I CITTADINI E I PROFESSIONISTI DELLA SALUTE**

“Negli ultimi anni è stato dimostrato che molti disturbi fisici e psicologici sono correlati in modo significativo ad esperienze di stress o di trauma che, spesso, non vengono riconosciute” **osserva la**

**Dott.ssa Marta Zighetti, psicologa e psicoterapeuta.** “Questo porta a sottovalutare l’impatto che l’esperienza traumatica può avere sull’essere umano e sulle sue relazioni. Il mancato riconoscimento del trauma può condurre anche a diagnosi non completamente corrette che, quindi, non favoriscono la reale cura e rimozione del problema alla radice del malessere”.

Da qui l’enorme rilevanza di spiegare cosa significhi subire un trauma o un grande stress: conoscere le implicazioni per la persona in termini psicologici, emotivi, relazionali e di salute organica, da un lato, e costi per la comunità intera, dall’altro, è fondamentale anche per prevenire esiti cronici e negativi. Stress e trauma, infatti, entrano nel corpo modificando tutti i processi e in particolare intaccando quelli fondamentali, come il ritmo sonno-veglia, l’alimentazione, la memoria, la concentrazione e l’espressione delle emozioni, erodendo e condizionando le relazioni interpersonali.

## **“LA COMUNICAZIONE ENTRA NEL CORPO” – il tema del Convegno NOI SIAMO UNO 2022**

In questa seconda edizione del Convegno NOI SIAMO UNO verrà approfondito, grazie al contributo di autorevoli Relatori a livello nazionale, il tema della comunicazione. “La comunicazione può essere un potente strumento di prevenzione, ma la stessa, se mal gestita, può rivelarsi un rischio, trasformandosi in fonte di grave insicurezza, disorientamento, stress e persino – essa stessa – trauma” sottolinea Zighetti. “Per questo, crediamo utile svelare l’impatto che ha la comunicazione sulle persone. Ad esempio, si parlerà della comunicazione nel caso di una diagnosi infausta, che spesso rappresenta un momento drammaticamente traumatico”.

Il linguaggio non solo descrive la realtà ma la costruisce: parole, sguardi, gesti possono modificare la neurobiologia rendendo le persone più resilienti o più fragili di fronte alle avversità della vita: lo mostrano chiaramente le neuroscienze, grazie ai moderni strumenti di diagnostica. Proprio sull’importanza delle parole, potenti come farmaci, si focalizzeranno alcune delle relazioni, così come sulla rilevanza del corpo nel percorso di cura psicologica integrata con attività corporee.

## **IL PROGRAMMA E I RELATORI**

Al Convegno del 15 ottobre prenderanno parte come Relatori alcuni tra i maggiori esperti in Italia, uniti in questa occasione di sensibilizzazione e divulgazione rivolta a chiunque ne senta la necessità o ne ravvisi l’utilità personale, professionale o come cittadino. Qui di seguito un estratto del programma:

- Prevenzione e i costi sociali dello stress e del trauma  
a cura di David Lazzari, Presidente nazionale Ordine Psicologi
- Come gli stati della mente si trasformano in molecole biologiche. E viceversa  
a cura di Francesco Bottaccioli, Filosofo della scienza e psicologo neurocognitivo, fondatore e presidente onorario della Società Italiana di Psiconeuroendocrinoimmunologia (PNEI)
- Le parole: farmaci o veleni?  
a cura di Fabrizio Benedetti, Professore ordinario di neurofisiologia all’Università di Torino, Direttore della Hypoxia Medicine a Plateau Rosà in Svizzera, esperto di effetto placebo a livello internazionale
- Cosa accade al paziente e alla sua famiglia dopo una diagnosi infausta: reazioni possibili e speranze.  
a cura di Annalisa Di Luca, Psicologa e Psicoterapeuta EMDR
- Comunicazione difficile col paziente: un ostacolo da superare  
a cura di Aldo Bonaventura, Dirigente medico I livello ASST Sette Laghi, ricercatore, vincitore del premio New-Care 2022 della Fondazione Giancarlo Quarta
- I livelli della relazione corpo-mente e l’integrazione delle attività corporee all’interno dei percorsi di

psicoterapia

a cura di Luca Ostacoli, Professore Ordinario c/o il Dipartimento di Scienze Cliniche e Biologiche  
Università degli Studi di Torino, Psicologo e Psichiatra, Supervisor EMDR, Specializzato in  
Psiconcologia

· Conosciamo davvero tutti i benefici della Mindfulness?

a cura di Maria Beatrice Toro, Psicologa, Psicoterapeuta, Ricercatrice e Docente

· Le ultime frontiere delle neuroscienze applicate al ben-essere psicofisico: come tornare ad essere il  
miglior se stesso con il Dynamical Neurofeedback® NeurOptimal®

a cura di Francesco Lanza, Fondatore e Presidente di Neurottimo SDN (School of Dynamical  
Neurofeedback)

· Dal trauma si può guarire. Protocollo e testimonianze della settimana integrata

a cura di Marta Zighetti, psicologa e psicoterapeuta ed équipe Essere Esseri Umani

· La pratica dello yoga nella prevenzione e cura di stress e trauma

a cura di Paolo Proietti, Laura Nalin – Insegnanti Master Internazionale di Yoga

L'Associazione Essere Esseri Umani, protagonista di diverse iniziative divulgative e di sostegno alle  
persone, si fa promotrice di numerose attività finalizzate all'integrazione del processo "mente-corpo-  
spirito" basate sulle evidenze delle neuroscienze. Proprio ai fini di una migliore comunicazione sanitaria  
e per divulgare la cultura della parola come medicina, la dottoressa Zighetti con la collaborazione degli  
operatori dell'Associazione, avvierà entro fine anno un'attività formativa elaborata ad hoc per un  
gruppo di sanitari dell'ASST dei Sette Laghi, già coinvolta e attenta a questa delicata area della  
relazione medico-paziente.

[Redazione VareseNews](#)

[redazione@varesenews.it](mailto:redazione@varesenews.it)