

CONVEGNO AFIPRES MARCO SAURA SALUTE MENTALE: CURA, RELAZIONI FAMILIARI E SERVIZI TERRITORIALI

Psicologia della persuasione e della compassione.
Tra il “To cure” e il “To care”

Logo AFIPRES MARCO SAURA, logo of the Sicilian Region, logo of the Sicilian Health Service, logo of the Sicilian Association of Psychologists (ASIP), logo of the Sicilian Association of Family Therapists (ASIF), logo of the Sicilian Association of Psychiatric Nurses (ASIPN), logo of the Sicilian Association of Child and Adolescent Psychologists (ASIPCA), logo of the Sicilian Association of Geriatric Psychologists (ASIPG), logo of the Sicilian Association of Forensic Psychologists (ASIPF), logo of the Sicilian Association of Forensic Nurses (ASIPNF), logo of the Sicilian Association of Forensic Social Workers (ASIPFS), logo of the Sicilian Association of Forensic Social Workers (ASIPFS), logo of the Sicilian Association of Forensic Social Workers (ASIPFS).

Info: A.F.I.PRES. MARCO SAURA afipres1@afipres.org - 3338733184 (090 911 110)

Convegno A.F.I.PRES. MARCO SAURA

"Salute Mentale: cura, relazioni familiari e servizi territoriali"
Webinar 23/11/2020 h. 09.00 - h. 16.00

Premessa
Il bisogno del seminario è di dar voce ai soggetti con disagio psichico e ai loro familiari per trovare delle risposte concrete che possano integrare i servizi socio sanitari nella continuità assistenziale e di inserire innovazioni scientifiche alla cura della Salute Mentale.

09.30 Saluti iniziali e delle Autorità - Moderatore del Seminario **Dott. Giorgio Serio**

SERVIZI TERRITORIALI E RIABILITAZIONE PSICOSOCIALE (ASSOCIAZIONE "PUNTO DI PARTENZA")
09.45 Prof. Antonio Francomano: Pratiche riabilitative fondate sull'evidenza. Stato dell'arte e delle iniziative promosse da Società Italiana Riabilitazione Psicosociale
10.15 Dott. Fabio Settiani: "Riabilitare" veramente tramite un lavoro progettuale di squadra
10.45 Testimonianze/Dibattito

I CARE (ASSOCIAZIONE "A.F.I.PRES. MARCO SAURA")
11.15 Dott. Salvatore Varia: I disturbi psichici causati dalla pandemia.
11.45 Dott.ssa Viviana Cutaia: Psicologia della persuasione e della compassione. Tra il "To cure" e il "To care".
12.15 Testimonianze/Dibattito

12.45 - 13.40 PAUSA

FAMIGLIE SPECIALI (ASSOCIAZIONE "IO COME VOI")
13.45 Dott. Raffaele Barone: "Benessere mentale di comunità"
14.15 Dott. Floriana Filà: "La famiglia che cura: tra autonomia e svicolo"
14.45 Dott. Gaia Spinella: "A.S.P. Palermo. Prevenzione e riduzione del rischio suicidario nei reparti critici. Continuità ospedale territorio: intervento con le famiglie"
15.15 Testimonianze/Dibattito

16.00 CHIUSURA LAVORI

PER LE ISCRIZIONI accedere al modulo online reperibile al seguente avviso: <https://www.ceivop.org/convegnoafipres2020/> o acquisire il QR code. Le iscrizioni, fino ad un massimo di 50 partecipanti, si chiudono il 23.11.2020. Agli iscritti verrà rilasciato attestato di partecipazione.

Dott.ssa Viviana Cutaia

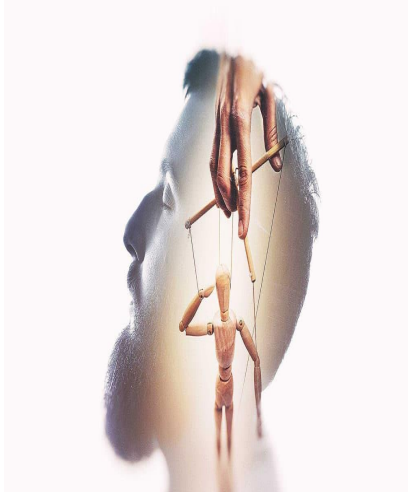
Psicologa-Psicoterapeuta

Coordinatrice HelpLine Telefono Giallo

A.F.I.Pre.S. Marco Saura Palermo



La Persuasione



“La persuasione è una azione volta a influire o condizionare gli altri per raggiungere i propri scopi o obiettivi. Si tratta di meccanismi o metodi molto efficaci e convincenti che inducono l’interlocutore ad abbracciare totalmente il punto di vista della persona che sta parlando.

È un processo simbolico in cui chi comunica cerca di convincere altre persone a cambiare i loro atteggiamenti o comportamenti, attraverso la trasmissione di un messaggio. Di fatto, però, i messaggi condizionati modificano le emozioni, le idee, il comportamento e sono utilizzati principalmente per far cambiare opinione. Gli interlocutori sono convinti di agire autonomamente, ma in realtà sono suggestionati a muoversi in quel modo da fattori esterni.

La persuasione può essere esplicita, se effettuata da un venditore invadente o un annuncio commerciale particolarmente accattivante o più sottile, subdola, quando è eseguita in sordina o in maniera subliminale” (<https://www.stateofmind.it/2019/02/persuasione-tecniche/>).

La comunicazione persuasiva



La reciprocità. Essa si verifica quando si dà qualcosa a qualcuno, e l'altro si sente in dovere di ricambiare in qualche modo ciò che ha ricevuto. Questa regola del contraccambiare qualcosa di ricevuto è una norma che se non è rispettata va incontro a sanzioni sociali e si finisce con l'etichettare una persona come "ingrata" o "parassita".

L'impegno e la coerenza. Coloro che non sono coerenti nel tempo nel mantenimento di un determinato obiettivo, rischiano di essere etichettati come inaffidabili o superficiali.

La riprova sociale. Consiste nella tendenza a considerare adeguata un'azione quando è realizzata da tante persone. Per questo ricevere consensi, anche da persone autorevoli, portare ad avere una maggiore visibilità e fiducia da parte del pubblico.

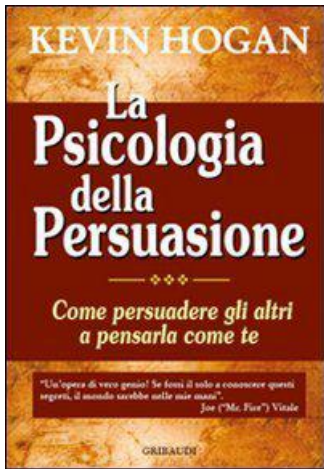
La simpatia. Spesso si verifica nel momento in cui per vendere un prodotto ci si riferisce a una persona familiare o di nota fama per rendere il prodotto più appetibile o interessante. Ad esempio in alcuni casi si usa il metodo della "catena" con il quale ogni persona interessata al prodotto è invitata a dare il nome di amici e conoscenti anch'essi interessati all'acquisto.

L'autorità. Le affermazioni effettuate da persone autorevoli sono fortemente persuasive. Esiste un naturale e radicato senso di deferenza verso l'autorità che si traduce nell'incapacità del soggetto a contrastare l'ordine del "capo".

La scarsità, ovvero la tendenza a sottovalutare ciò che è abbondante, e a sopravvalutare ciò che è scarso. Quindi, si tende a ottimizzare la disponibilità di risorse di un dato bene, se la disponibilità del bene è presentata come limitata nel tempo o scarsa in termini di quantità (<https://www.stateofmind.it/2019/02/persuasione-tecniche/>).



La Psicologia della persuasione



“Possiamo imparare a comunicare in modo persuasivo in tutti i settori della nostra vita personale e lavorativa.

Questo famoso bestseller di Kevin Hogan contiene le strategie e le tecniche più efficaci della persuasione.

Leggendolo scopriremo come:

- Influenzare gli altri a pensarla come noi
- Riconoscere subito il linguaggio del corpo del nostro interlocutore
- Creare rapporto con quasi tutti
- Prevedere il comportamento degli altri
- Individuare ciò che gli altri desiderano davvero e ciò di cui hanno bisogno
- Aiutare gli altri a capire che noi siamo la risposta ai loro problemi
- Sviluppare una forza carismatica in grado di attirare persone magnifiche.

"È la prima volta che trovo tutti i segreti della persuasione raccolti in un unico libro. Vorrai averlo sempre con te, ma ben nascosto dai tuoi concorrenti!" Richard Brodie, autore di Virus of the Meme: The New Science of the Meme.

"Kevin Hogan ti insegnerà... a trasformare i diffidenti in clienti entusiasti e soddisfatti". Selling Power” (https://www.ilgiardinodeilibri.it/libri/___la-psicologia-della-persuasione.php).

La persuasione ai tempi moderni

“Le persone oggi sono esposte alla comunicazione persuasiva in molti modi diversi e da parte di attori diversi: governi, aziende e partiti politici usano i messaggi persuasivi per incoraggiare le persone a mangiare più sano, ad acquistare un particolare prodotto o a votare per un candidato specifico (Matz, 2017).

...infatti i destinatari dei messaggi persuasivi, attraverso le innumerevoli possibilità fornite dai nuovi strumenti di comunicazione digitale, possono fornire feedback immediati (Giaccardi, 2012).

I messaggi persuasivi sono più efficaci nell'influenzare il comportamento delle persone, quando vengono adattati alle caratteristiche psicologiche specifiche del ricevente (Matz, 2017). Le interazioni sociali, l'intrattenimento, lo shopping e altre informazioni possono essere facilmente registrate e analizzate e questo ha fornito le basi per l'emergere delle scienze sociali computazionali con studi su larga scala basati su migliaia o milioni di individui (Kosinski, 2015).

A prescindere dalle considerazioni etiche, oggi la nostra privacy diviene consapevolmente o inconsapevolmente violata” (<https://www.antrodichirone.com/index.php/it/2019/11/26/la-persuasione-nellera-dei-social-network/>).



Social media marketing



“I social media si differenziano dai media tradizionali per via della modalità di comunicazione sulla quale sono basati. Se quando ci si riferisce a radio, tv e giornali, si parla di comunicazione “One to Many” (Uno verso tanti), i social media sono basati invece su un metodo di comunicazione diverso, quello, appunto, “social”, che vede come protagonista uno scambio di opinioni tra gli utenti. Non si parla più di un solo interlocutore che si rivolge alla massa, ma di tanti interlocutori che si scambiano idee, pensieri e pareri tra loro. Condividono e avviano il passaparola.

Gli algoritmi e i big-data, alla base dei social network, tracciano i contorni di un nuovo Panottico dell'iper-sorveglianza, dove il controllo del sistema capitalistico - veicolato dalle cyber-lobbies mondialiste - opera una vastissima manipolazione di massa. Il soggetto, cavia della civilizzazione tecnica, si riduce ad appendice della macchina: un cyborg tecnicizzato e iper-connesso, piegato alle regole del consumo e ai ritmi della globalizzazione. Il web, nato per collegare e condividere, si è trasformato nel motore di un isolamento alienante, dove il virtuale sostituisce il reale e l'operazione dell'automa soppianta l'azione della Comunità” (<https://www.ibs.it/schiavi-digitali-alienazione-narcisismo-controllo-libro-riccardo-tennerini>; <https://www.goodworking.it/le-tecniche-di-persuasione-ai-tempi-dei-social-media/>).

Fenomenologia dei social network, human hacking, ...

La compassione



“Credo che lo scopo della vita sia essere felici. Fin dalla nascita, ogni essere umano aspira alla felicità e cerca di evitare la sofferenza. Non c’è cultura, educazione o ideologia che possano cambiare questo dato di fatto: nel profondo del nostro cuore, la sola cosa che desideriamo è la felicità.”

Come raggiungere la felicità? Credo che lo scopo della vita sia essere felici. Fin dalla nascita, ogni essere umano aspira alla felicità e cerca di evitare la sofferenza. Non c’è cultura, educazione o ideologia che possano cambiare questo dato di fatto: nel profondo del nostro cuore, la sola cosa che desideriamo è la felicità...riusciremo a comprendere che ogni ostacolo può trasformarsi un’opportunità per lavorare sulla nostra mente.

In questo modo, ci impegniamo gradualmente a diventare più compassionevoli, cioè a desiderare che gli altri siano liberi dalla sofferenza e a contribuire affinché ciò accada. Per noi, il risultato sarà la crescita della nostra pace e della nostra forza interiori.

Il nostro bisogno di amore Se amore e compassione ci procurano la gioia più grande è perché la nostra natura li considera al di sopra di ogni altra cosa. Quando ci troviamo ad affrontare situazioni difficili, possiamo invece sviluppare un’energia altrettanto potente, ma decisamente più controllabile. E’ un’energia che sorge non solo da un atteggiamento compassionevole, ma anche dal ragionamento e dalla pazienza” (www.dalailama.com).

La compassione

“La compassione di Dio è più forte delle nostre malattie interiori” (Papa Francesco).

“La compassione è uno stato mentale che invoca l’altruismo e lo fa agire. Si contrappone al desiderio di punizione e di vendetta.



Secondo Price (2007) la compassione è uno stato mentale che invoca l’altruismo e lo fa agire.

Partendo da questo concetto, si è dimostrato come gli individui percepiti come simili a se stessi, non solo evocano più compassione ma, a parità di situazione, inducano i soggetti a mettere in atto comportamenti altruistici rispetto a quelli agiti nei confronti di persone diverse (Valdesolo e De Steno, 2011)

L’essere compassionevole ha un effetto radiante poiché porta ad estendere la gentilezza e il perdono agli altri, anche nei confronti di coloro che hanno trasgredito intenzionalmente (Dalai Lama & Ekman, 2008).

Come tale, la compassione si contrappone al desiderio di punizione e di vendetta: funziona come un sentimento morale in grado di inibire le azioni che di solito comportano una escalation di violenza (Davidson e Harrington, 2002)” (<https://www.stateofmind.it>).

Self-compassion



“E se fossimo gentili con noi stessi come lo siamo con i nostri migliori amici quando attraversano un momento difficile?

E se usassimo con noi le stesse parole di conforto che rivolgiamo loro quando sono tormentati dai sensi di colpa per aver commesso uno sbaglio?

O quando sono eccessivamente critici con loro stessi?

Queste le premesse ad un volume profondamente trasformativo in cui Kristin Neff, che per prima ha introdotto il concetto di self-compassion come campo di studio, ne presenta l'applicazione in tutte le aree della vita quotidiana: la relazione di coppia, la resilienza emotiva, la genitorialità, le relazioni con gli altri e perfino la perdita di peso, ma soprattutto la relazione con noi stessi di momento in momento. Avvalendosi dei risultati della ricerca empirica, del vissuto personale, di esercizi pratici e di un grande senso dell'umorismo, l'autrice spiega come uscire da emozioni distruttive per poter essere più felici e sani” (<https://www.ibs.it>).

Compassion Focused Therapy (CFT)



“La Compassion Focused Therapy (CFT), in italiano “Terapia basata sulla Compassione”, è un approccio psicoterapeutico di recente diffusione che fa parte delle Psicoterapie Cognitivo Comportamentali Mindfulness-based. La CFT è stata sviluppata dal Paul Gilbert (2005).

La CFT offre una spiegazione della psicopatologia e del suo mantenimento basata sulle dinamiche di attivazione di alcuni sistemi di regolazione emotiva presenti nel nostro cervello e propone una visione del processo di cambiamento che si basa sulla modulazione di sistemi motivazionali e affettivi connessi all’attaccamento, la cui attivazione garantirebbe un cambiamento nel paziente che spesso non è possibile solo attraverso un intervento diretto sulle sue credenze disfunzionali.

Gli individui che hanno pochi ricordi/esperienze di essere amabili o consolati hanno difficoltà a sentirsi al sicuro e rassicurati. La CFT mira pertanto all’attivazione del sistema di consolazione in modo che sia utilizzato per regolare le emozioni basate sul senso di minaccia, come la rabbia, la paura, il disgusto e la vergogna” (<https://www.istitutobeck.com>).

Compassion Focused Therapy (CFT)

“La compassione è definita da Gilbert attraverso 6 componenti che egli chiama “attributi”.

Essi sono:

- CURA DEGLI ALTRI: è' la motivazione ad accudire gli altri al fine di alleviare la loro sofferenza;
- SENDIBILITÀ ALLA SOFFERENZA: rappresenta la capacità di essere sensibili ai bisogni e ai disagi degli altri, a saperli riconoscere e distinguere;
- PARTECIPAZIONE ATTIVA (SYMPATHY): significa essere coinvolti emotivamente dai sentimenti e dalla sofferenza di coloro di cui ci si prende cura;
- EMPATIA: riguarda la comprensione cognitiva degli altri, la capacità di mettersi nei loro panni e guardare il mondo dal loro punto di vista. Si noti che mentre l'empatia richiede uno sforzo, la partecipazione emotiva no;
- TOLLERANZA ALLA SOFFERENZA: significa essere capaci di contenere, di stare con, di tollerare alti livelli di emozione anziché evitarli, distrarsene, invalidarli o negarli;
- ATTEGGIAMENTO NON GIUDICANTE: significa non condannare, non criticare, non colpevolizzare e non rigettare nulla, pur mantenendo le proprie preferenze e le proprie opinioni” (<https://www.istitutobeck.com>).



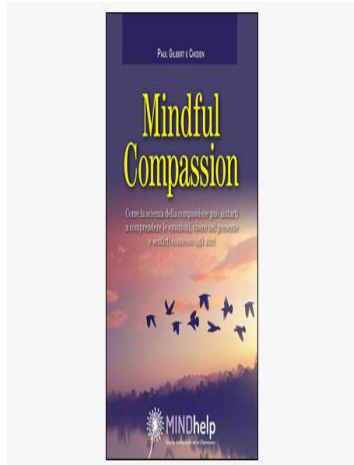
E' possibile allenare la mente alla compassione attraverso il Training della mente compassionevole (TMC).

Compassion Focused Therapy (CFT)



Mindful compassion

“Mindful Compassion è un testo estremamente stimolante che integra, in modo chiaro ed esaustivo, le scoperte neuroscientifiche più recenti sui meccanismi che regolano il funzionamento del nostro cervello, con le idee e i principi sapienziali derivanti dalla tradizione Buddhista Mahayana e Theravada.



Negli ultimi quarant'anni, in Occidente, abbiamo assistito a un interesse crescente per le pratiche di meditazione mindfulness, che ha permesso di raccogliere evidenze scientifiche circa l'efficacia di queste pratiche nel promuovere stati di benessere psico-fisico e nel contrastare automatismi mentali disfunzionali e dannosi per la nostra salute.

Uno degli aspetti più interessanti affrontati nel testo riguarda la comprensione dei fattori che possono ostacolare lo sviluppo di una mente compassionevole. Gli autori spiegano in modo chiaro come esistano tre tipi di paure rispetto alla compassione: paura di essere compassionevoli verso gli altri, paura di ricevere compassione dagli altri e paura di essere compassionevoli verso se stessi.

La seconda parte del volume è più pratica, e offre un ventaglio molto ricco di esercizi psicologici e pratiche meditative utili per stimolare i “muscoli” della mindful compassion” (<https://www.apertamenteweb.com>).

Empatia compassionevole

“Empatia compassionevole: l'emozione diventa azione...”



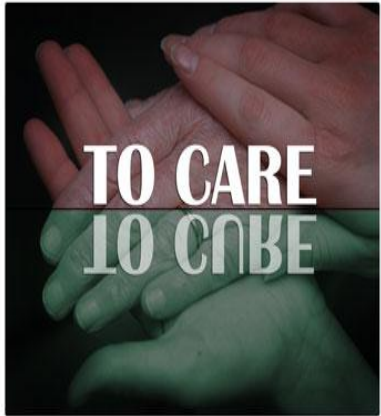
A dare una definizione di empatia compassionevole è stato lo psicologo esperto in studio delle emozioni Paul Ekman. Questa idea è stata utile anche a Daniel Goleman per delineare un profilo del famoso coefficiente emotivo, vale a dire quella dimensione che ci aiuterebbe a classificare il nostro grado di intelligenza emotiva”

Parafrasando le parole di Daniel Goleman: questo tipo di empatia non solo ci permette di capire come si sente e qual è il problema di un persona, ci mobilitiamo anche per aiutarla se lo riteniamo necessario” (<https://lamenteemeravigliosa.it>).

Dal to cure al to care

Curare (to cure) e prendersi cura (to care) : due concetti molto differenti tra loro...

“La patologia è spesso vissuta come una minaccia alla propria integrità personale e alla propria dignità di essere umano; il contesto ospedaliero può portare il paziente a sentirsi solo un numero tra i tanti degenti di un reparto. Secondo Jean Watson l'ambiente fa la differenza. L'ambiente non è inteso soltanto come ambiente fisico...



Il “caring” affonda le sue radici su un terreno che si nutre di altruismo, di impegno e di soddisfazione, di ricevere attraverso il dare...” (<https://www.nurse24.it>).

“La letteratura scientifica e le esperienze in ambito clinico promuovono ad oggi un passaggio necessario dal to cure al to care, dove il paziente e il familiare siano attivi, consapevoli e partecipi delle scelte terapeutiche.

Una delle più rilevanti declinazioni del to care consiste nel potenziare le competenze comunicativo-relazionali di ogni figura professionale che si accosta al paziente al fine di agevolarne l’iter terapeutico, rispondendo adeguatamente ai suoi bisogni, dubbi, paure ed inquietudini e a quelli dei familiari, riuscendo così a migliorarne la qualità di vita. Il potenziamento di queste competenze necessita anche di uno sviluppo all’interno dell’equipe curante, con l’obiettivo di creare un lessico comune e una modalità relazionale condivisa tra gli operatori” (<http://www.gemelliart.it>).

Modello di Human caring

“E' una filosofia dell'assistenza che si fonda sulla centralità della persona e che, pur nascendo in ambito infermieristico, si apre a tutte le professioni di aiuto alla persona” (Rafael, 2000; Watson 2013).

“La teoria dello Human Caring è stata elaborata alla fine degli anni '70 del secolo scorso da Jean Watson e il suo principio fondante è definito dalla relazione tra il prendersi cura degli esseri umani e prestare assistenza infermieristica:

-Cura dell'assistito; -Cura di chi si prende cura.

Caritas factors:

La formazione di un sistema di valori umanistico altruistico

2. L'infusione di fede e speranza

3. La cura della sensibilità verso sé stessi e gli altri

4. Lo sviluppo di una relazione di aiuto e di fiducia

5. La promozione e accettazione dell'espressione di sentimenti positivi e negativi

6. La sistematica adozione del processo scientifico del problem-solving per

l'assunzione delle decisioni

7. La promozione di un insegnamento interdisciplinare

8. La creazione di un ambiente mentale, fisico, socioculturale e spirituale che abbiano natura supportiva, correttiva

9. Aiuto nella soddisfazione dei bisogni umani

10. Il riconoscimento delle forze esistenziali fenomenologiche” (Fonte: <https://brescia.ipasvibs.it>).



Modello di Human caring

- Assistenza verso la persona;
- Care verso l'operatore;
- Management per la salute.

Il modello si fonda in primo luogo sulla centralità della persona evidenziando che il lavoro assistenziale è finalizzato alla riabilitazione della persona nella sua interezza (Watson, 2003).

«Il modello riconosce un'attenzione importante al curante, in quanto non può esserci benessere per la persona assistita se non c'è anche un benessere emotivo dell'operatore» (Kelley, 2002).

«L'obiettivo del modello è, pertanto, quello di promuovere la crescita, la consapevolezza, l'evoluzione mentale, affettiva e spirituale di sé come professionista del caring» (Watson, 2003) (Fonte: <https://brescia.ipasvibs.it>).



Umanizzazione delle cure

“Ciò che viene chiamata “umanizzazione delle cure” altro non è che l’attenzione a 360° del paziente preso in carico, senza sottovalutare alcun aspetto e soprattutto quelli psicologici e relazionali. Significa, nella quotidianità, non isolare la pratica clinica da un trattamento complessivo della persona e un ascolto concreto dei suoi bisogni e delle sue necessità.

Il Ministero della Salute pone, in particolare, l’attenzione su alcune categorie ritenute più fragili, rispetto alle quali è imprescindibile un approccio integrato: anziani, bambini, famiglie in situazioni di disagio. Questi casi debbono, dunque, essere trattati con percorsi personalizzati che non si limitano alla semplice cura della malattia, ma includano anche la cura del malato.

In Italia si parla di umanizzazione in ambito sanitario dal 1992 quando, grazie al Decreto Legislativo n.502, è stato introdotto il principio secondo cui le strutture e le prestazioni devono essere adeguate alle esigenze dei cittadini. Tra gli altri, è rilevante il numero di dimissioni accompagnate da una relazione sanitaria, l’ampiezza degli orari di visita giornalieri, la disponibilità di opuscoli e materiali informativi per i pazienti e le loro famiglie, l’affollamento delle camere per le degenze, ma anche il rapporto tra posti letto e servizi igienici” (<https://www.gipo.it>).

“L'Umanizzazione si può misurare? 1. I processi assistenziali e organizzativi orientati al rispetto della specificità della persona, 2. L’accessibilità fisica, la visibilità e il confort dei luoghi di cura, 3. L’accesso alle informazioni, la semplificazione e la trasparenza, 4. La qualità delle relazioni tra l’utente e gli operatori” (Agenas).



Scienza del caring e pratica consapevole

“Un testo che guida alla conoscenza e all’applicazione della teoria di Jean Watson in modo semplice e coinvolgente, affiancando gli insegnamenti del Maestro monaco buddhista Thich Nhat Hanh sulla pratica della consapevolezza (mindful practice) ai Caritas Process dello Human Caring.

Gli esempi proposti, basati sulla trentennale esperienza di Kathleen Sitzman nell’assistenza infermieristica clinica e nella formazione di studenti, docenti, professionisti e dirigenti su questo argomento, rende i contenuti avvicinabili da qualsiasi infermiere e professionista sanitario e sociale interessato alla Caring Science. In anni di insegnamento della teoria di Jean Watson, la Sitzman ha potuto constatare che la pratica della mindfulness (consapevolezza) e la pratica della Caritas si armonizzano perfettamente per sostenere un cammino di approfondimento personale dei concetti e dei valori ad esse sottesi. I suggerimenti sull’uso di espressioni artistiche come i mandala o la fotografia e gli Abstract di progetti attuati al termine del percorso formativo per Caritas Coach che si svolgono da anni a cura del Watson Caring Science Institute, posti al termine dei capitoli, offrono spunti preziosi per il lavoro assistenziale di chi leggerà.



Nella turbolenta e instabile evoluzione dei sistemi sanitari, dove le diseguaglianze delle popolazioni accentuano le differenze nell’accesso alle cure, pare di vitale importanza rimettere al centro gli aspetti che caratterizzano la natura più profonda dell’uomo, il suo bisogno di senso e la necessità di mantenere ed esprimere le proprie pratiche spirituali” (Fonte: <https://www.libreriauniverso.it>).



numero verde
800.011.110



Associazione
Famiglie Italiane
Prevenzione
Suicidio
Marco Saura



Helpline Telefono Giallo Depressione, ansia, autolesionismo prevenzione suicidio

Nostro malgrado, in tutto il mondo circa 1 milione di persone muore per suicidio e ogni 40 secondi una famiglia piange la perdita del proprio caro (WHO, 2012)



Verso il Benessere
psicofisico
Dal buio
del disagio psichico
oggi
si può uscire



CHIAMACI
800 01 11 10
numero verde



@AFIPreSMarcoSaur



A.F.I.Pre.S. Marco Saura Onlus



www.youtube.com/afipres

Centro di
documentazione,
studio, ricerca

Gruppi
di Mutuo Aiuto

Centro di
Prima Accoglienza

A.f.i.pre.s. Marco Saura - Tel./fax 091/6574524
www.afipres.org

Stop suicide! Color your Life!



HELPLINE TELEFONO GIALLO ACCOGLIENZA PSICOLOGICA ONLINE

EMERGENZA DA CORONAVIRUS?

HELPLINE TELEFONO GIALLO

NUMERO VERDE NAZIONALE GRATUITO 24

ORE SU 24

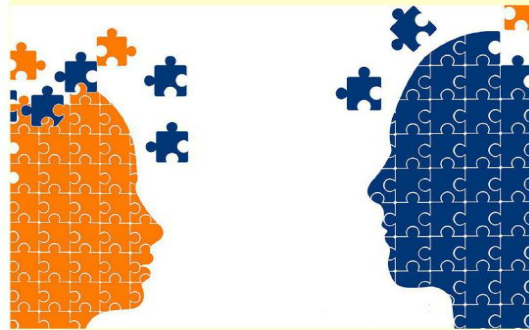
800.011110

www.afipres.org

afipres1@afipres.org

A.F.I.Pre.S. MARCO SAURA

PSICOLOGI RISPONDONO ALLE RICHIESTE
DI AIUTO



ANSIA? DEPRESSIONE? STRESS?

AMBULATORIO PSICOLOGICO ONLINE

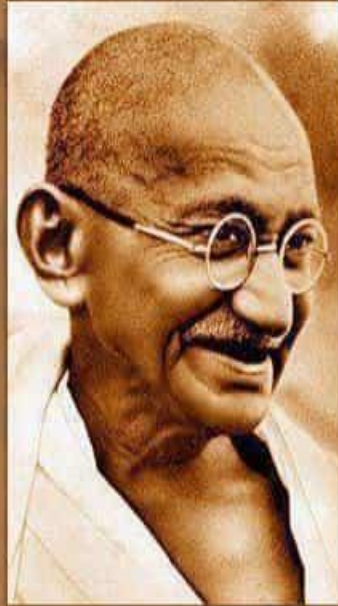
Skype: [viviana.cutaia](https://www.skype.com/name/viviana.cutaia)

WhatsApp: [340.0552032](https://www.whatsapp.com/business/profile/3400552032)

Facebook e Messenger: [A.F.I.Pre.S.
MARCO SAURA](https://www.facebook.com/afipres.org)

RIVOLTO A UTENTI, FAMILIARI E
OPERATORI SOCIO-SANITARI

CHIAMACI! 800.011110



Un pianeta migliore
è un sogno
che inizia a realizzarsi
quando
ognuno di Noi
decide di migliorare
se stesso !

[Mahatma Gandhi]

Vi ringrazio per l'attenzione,
Dott.ssa Viviana Cutaia