

SALUTE MENTALE

# Per non vergognarsi di provare vergogna. Il seminario con gli psicologi di comunità

*Il seminario del 13 e 14 novembre si terrà all'Ospedale di Vimercate, presso l'Auditorium Osca Ros*



*Il team di psicologi*

di **Redazione**

08 Novembre 2023

**Vimercate.** Siamo tutti umani, eppure l'emozione della vergogna è un sentimento complesso, spesso celato e difficile da riconoscere. Raramente viene affrontato apertamente, persino in contesti terapeutici. Tuttavia, **la struttura di Psicologia di Comunità di ASST Brianza** sta cercando di cambiare questa prospettiva, offrendo un'opportunità unica per esplorare questo tema delicato in un seminario di due giorni **il 13 e 14 novembre** prossimi.

L'ASST Brianza si dedica al trattamento dei disturbi emotivi comuni, delle condizioni di disagio non classificate come patologiche, dei disturbi d'ansia e depressivi di grado lieve e dello stress che non richiede interventi specialistici psichiatrici o neuropsichiatrici. **Questo seminario mira a gettare luce sulla vergogna, un'emozione diffusa ma spesso trascurata.**

**Luisa Meroni, psicologa e responsabile del servizio, spiega:** "La vergogna è un'emozione che tutti noi proviamo. Tuttavia, in alcuni casi, può diventare un segnale di disturbo. Spesso, le richieste di aiuto si manifestano come difficoltà nella gestione della rabbia o sentimenti eccessivi di tristezza, ma alla base di queste emozioni risiede spesso una grande vergogna legata a esperienze traumatiche nascoste e inesprimibili".

In altre parole, come afferma **Elisabetta Veronesi, psicoterapeuta e psicologa di comunità:** "Mi vergogno, quindi mi sento inferiore agli altri, mi manca qualcosa. Non posso ammetterlo, quindi faccio qualcosa per coprire tutto ciò, e questo comportamento può diventare patologico."

### **13 e 14 novembre: il seminario sulla vergogna all'ospedale di Vimercate**

Il seminario si terrà presso **l'Ospedale di Vimercate, nell'Auditorium Osca Ros**, e vedrà come docente **Anna Rita Verardo, psicologa e psicoterapeuta cognitivo-comportamentale e sistemico-relazionale presso ASST della Brianza.** Il numero di iscritti è notevole, con la partecipazione di specialisti psicologi, psichiatri e neuropsichiatri dell'ASST, oltre a numerosi professionisti della salute operanti sul territorio, tra cui medici di medicina generale e pediatri di libera scelta.

Il seminario è promosso dalla Psicologia di Comunità, operante presso le case di comunità di Lissone, Vimercate, Cesano Maderno e Giussano. L'accesso al servizio è agevole, richiedendo solo una prescrizione del medico curante per un colloquio psicologico clinico.



## **Il team di psicologi**

Il servizio è organizzato da **11 psicologi**, affiancati da **due logopediste**, e ha assistito oltre 550 individui quest'anno con oltre 3.000 prestazioni erogate, lavorando in stretta collaborazione con i medici di base e i pediatri.

**Luisa Meroni sottolinea:** "Il servizio di Psicologia di Comunità non mira solo ad aiutare coloro che affrontano difficoltà, ma principalmente a promuovere il benessere psicologico in generale." Questo seminario sulla vergogna è solo uno dei molti modi in cui la comunità locale sta cercando di migliorare la salute mentale dei suoi cittadini.