

CORSO FORMAZIONE

## Psicologia Clinica e Psicologia di Comunità: un nuovo approccio in Brianza

*Nei giorni scorsi gli psicoterapeuti del servizio di Psicologia Clinica e Psicologia di Comunità di ASST Brianza hanno condiviso un importante momento di formazione*



Nei giorni scorsi gli psicoterapeuti del servizio di **Psicologia Clinica e Psicologia di Comunità** di ASST Brianza hanno condiviso un importante **momento di formazione**, partecipando ad un training che arricchirà gli strumenti a disposizione degli psicoterapeuti sia nella fase valutativa che nella scelta del tipo di intervento da attuare.

Nel campo degli interventi psicoterapici, la ricerca scientifica rappresenta una risorsa fondamentale perché indica quali sono gli interventi sostenuti da prove di efficacia. “Quindi – spiega **Laura Vanzin**, psicologa e psicoterapeuta di ASST

Brianza – un **aggiornamento professionale costante e coerente** con queste indicazioni, consente di mettere in campo percorsi terapeutici in grado di rispondere alle specifiche esigenze di chi incontriamo nello svolgimento della nostra professione, nei diversi servizi in cui siamo impegnati (età evolutiva, disturbi emotivi e psichiatrici, dipendenze)”.

La partecipazione degli psicologi all’evento ha permesso ai professionisti dell’azienda socio sanitaria di acquisire una certificazione di primo livello, rilasciata dalla sezione italiana della fondazione inglese **Compassionate Mind Foundation**.

La Fondazione inglese lavora sulla Compassion Focused Therapy (in italiano “Terapia basata sulla compassione”), un approccio psicoterapeutico innovativo, di recente diffusione. E’ stata sviluppata da Paul Gilbert, professore e psicologo presso l’Università di Derby, in Gran Bretagna, da anni impegnato nella ricerca scientifica sul senso di colpa, sulla vergogna e sull’autocritica, da lui ritenuti elementi centrali di molti disturbi psicologici, dalla depressione alla psicosi.

“Nasce dall’incontro fra i principi della **terapia cognitivo-comportamentale**, la teoria dell’attaccamento e i dati di ricerca sul legame tra relazioni interpersonali e meccanismi biologici – aggiunge Laura Vanzin -. Secondo questo modello, la sofferenza psicologica si basa sullo sbilanciamento del sistema di regolazione delle emozioni che si acquisisce durante l’infanzia. Il percorso terapeutico mira a riequilibrare i sistemi emotivi attraverso l’attivazione di un sistema motivazionale innato che ha a che fare con l’accudimento e aiuta il paziente a rapportarsi in modo più funzionale ai propri pensieri e alle proprie emozioni. Tale intervento si rivolge in particolare ai **nuclei di auto-critica e auto-colpevolizzazione**, comuni e trasversali a molte situazioni di sofferenza psicologica nelle quali il paziente, pur comprendendo l’illogicità dei suoi pensieri negativi, si accorge di non essere in grado di controllarli e continua a sentirsi a disagio, a colpevolizzarsi o a punirsi”.

Il training ha coinvolto un folto gruppo di psicologi di ASST Brianza in maniera trasversale ai diversi servizi a cui fanno capo utenti di differente tipologia, con diverse età, problematiche e condizioni sociali. Ciò ha favorito, in modo particolare, l’incremento di competenze specifiche.