



COMUNICATO STAMPA

## **MESE DEL BENESSERE PSICOLOGICO, AL VIA LA DODICESIMA EDIZIONE IN PUGLIA**

*Dal 10 ottobre al 10 novembre in programma eventi, workshop e seminari organizzati dai numerosi professionisti dislocati in tutta la Puglia*

Anche quest'anno il 10 ottobre, in occasione della Giornata mondiale della salute mentale, la Puglia darà avvio al mese del benessere psicologico.

Giunta alla sua dodicesima edizione, l'iniziativa, promossa dall'Ordine degli Psicologi regionale, proporrà per 30 giorni eventi, incontri e seminari organizzati da numerosi professionisti in tutto il territorio regionale al fine di far conoscere ai cittadini il ruolo dello psicologo e i suoi ambiti di intervento. Un appuntamento lungo un mese che mira a sensibilizzare la cittadinanza al concetto di benessere psicologico.

“La pandemia ha sollevato la coperta che offriva protezione e portato negli individui la consapevolezza di essere soggetti fragili, ma non deboli” afferma Vincenzo Gesualdo, presidente dell'Ordine degli Psicologi di Puglia. “La fragilità non è qualcosa di cui vergognarsi in quanto è proprio attraverso essa che scopriamo punti deboli che, con l'aiuto di uno specialista, possono essere valorizzati”.

Obiettivo primario dell'iniziativa è far conoscere al territorio lo psicologo non soltanto come colui che “cura” il disagio o la malattia, ma anche come colui che “previene” l'emergere del disagio e della malattia, una figura che “promuove” il benessere quindi, “favorisce” uno scambio relazionale sano durante tutta la fase del ciclo di vita, “sostiene” le persone durante le fasi vitali di maggiore criticità.

“Nell'ultimo anno abbiamo registrato un aumento notevole di casi di depressione, fobie, crisi di panico e sintomi psicosomatici. Il timore di contagiarsi era forte e le problematiche sono emerse anche in chi, apparentemente, non presentava malesseri evidenti” spiega Geremia Capriuoli, consigliere dell'Ordine degli Psicologi di Puglia. “La vita offre non solo gioie ma anche dolori e ostacoli in vari contesti. Lo psicologo aiuta a prevenire l'insorgenza del disagio dettato da tutto ciò che la vita offre a e a maturare la capacità di affrontarlo e a fronteggiarlo senza farsi sommergere da ansie e angosce”.

Essere in buono stato di salute psicologico è fondamentale per vivere con serenità. Rivolgersi ad un professionista è vista ancora una pratica che può ledere l'immagine personale e pubblica. Va sfatato il mito, il pregiudizio secondo il quale va dallo psicologo solo chi ha problemi. “Il nostro servizio alla comunità consiste anche nel garantire la multidisciplinarietà, una contaminazione utile alla condivisione del sapere per garantire la migliore e più efficace assistenza ai cittadini ed alla comunità” conclude Gesualdo. “Il disagio spesso c'è ma non viene raccontato o curato come si dovrebbe. Per questo motivo è indispensabile la figura di uno specialista che aiuti a focalizzare l'attenzione sui punti di forza e non sulle lacune. Un aiuto, oggi più che mai, indispensabile”.

L'attività di sensibilizzazione passa attraverso la promozione della professionalità dello psicologo e l'organizzazione di attività di consulenza che, dopo un anno di incontri da remoto, tornano in presenza. Il mese di ottobre sarà costellato di eventi, consulenze promozionali, seminari e workshop presenti sul sito [www.mesedelbenesserepsicologico.it](http://www.mesedelbenesserepsicologico.it).

Con preghiera di pubblicazione.

**Per maggiori informazioni o interviste:**

Presidente Ordine Psicologi Regione Puglia  
Vincenzo Gesualdo, tel. 348 771 9659

Consigliere Ordine Psicologi Regione Puglia  
Geremia Capriuoli, tel. 333 353 8259