



comunicato stampa

Giornata Nazionale della Psicologia **“Aiutare la psiche per aiutare la vita”**

In occasione della ricorrenza del 10 ottobre, l'Ordine degli Psicologi della Liguria presenta un intero weekend di iniziative: venerdì lo spettacolo “Dentro di me non abita nessuno” al Teatro di Strada Nuova, sabato e domenica laboratori per la cittadinanza ai parchi del Peralto e di Nervi

A partire da venerdì 8 e fino a domenica 10 ottobre, data in cui si celebra la **Giornata nazionale della Psicologia**, il cui tema quest'anno è **“Aiutare la psiche per aiutare la vita”**, l'**Ordine degli Psicologi della Liguria** propone un intero fine settimana di iniziative tese a promuovere il concetto di benessere nella sua accezione più ampia, sottolineando l'importanza della salute psicologica in ogni momento e in particolare nel contesto attuale in cui, tutti noi, siamo ancora alle prese con la ricerca di “una nuova normalità” dopo la pandemia.

*«L'obiettivo è dare risalto ad **una psicologia per la salute che**, riconoscendo l'importanza di un approccio globale e integrato alla persona, **sappia essere preventiva e non solo curativa** – spiega **Mara Donatella Fiaschi, presidente dell'Ordine** –. Durante la pandemia i nostri sensi sono stati mortificati o iperstimolati, a seconda dei casi: pensiamo, ad esempio, alla ricaduta psicologica e fisica di misure come la didattica a distanza, il divieto di attività sportiva o il prolungato distanziamento sociale. In questo contesto, la salute psicologica rappresenta un importante predittore della qualità della vita e della salute della persona nel suo complesso, e gli psicologi devono dunque rappresentare un riferimento importante per l'intera comunità nel favorire processi di acquisizione di consapevolezza e nella promozione della salute e del benessere di individui, gruppi e organizzazioni».*

Evento clou sarà lo spettacolo **“Dentro di me non abita nessuno”**, realizzato **in collaborazione con il Teatro dell'Ortica presso il Teatro di Strada Nuova di Genova in vico Boccanegra venerdì 8 ottobre alle ore 21**, introdotto dalla presidente dell'Ordine, Mara Donatella Fiaschi, e cui seguirà un dibattito con gli attori ed il pubblico in sala. È inoltre prevista una replica domenica 10 ottobre alle 17.

*«In scena – spiegano gli autori ed interpreti, **Alessia Magrì e Giancarlo Mariottini** – ci sono **Ugo e Franca** che, scoperto con orrore e sorpresa di avere progressivamente cancellato qualsiasi memoria della loro routinaria vita coniugale, chiusi in casa, perdono via via ogni speranza di essere tratti in salvo da loro stessi». Una commedia brillante che invita a riflettere sul rischio di cadere preda delle routine e ritrovarsi a vivere vite che sembrano d'altri, perseguendo obiettivi prestabiliti ma non pensati né sentiti, e carriere professionali non scelte. Quale, allora, la situazione per tornare ad ascoltarsi? «Forse – riprendono Magrì e Mariottini – quella di tornare un po' indietro, andando in profondità delle cose e provando a riempire nuovamente quegli spazi, attraverso un lavoro su di sé che possa portare ad acquisire una sempre maggiore consapevolezza».*



Le iniziative liguri della Giornata della Psicologia proseguiranno nel fine settimana con due **laboratori esperienziali di consapevolezza per la cittadinanza**, curati dagli psicologi del gruppo di lavoro Psicologia e Sport dell'Ordine: **sabato 9 ottobre dalle 10 alle 11,30 al Parco del Peralto e domenica 10, con identico orario, ai Parchi di Nervi**. *«Verranno proposti esercizi di consapevolezza della propria fisicità, delle proprie caratteristiche e dei propri punti di forza per allenare la propria mente – spiega Biancamaria Cavallini, consigliera dell’Ordine –. Un’attività alla portata di tutti e tutte per far conoscere più da vicino la psicologia dello sport, che è uno dei tanti e diversi ambiti della nostra professione».*

La partecipazione agli eventi è libera e gratuita, previa prenotazione obbligatoria registrandosi ai link disponibili sulla pagina Facebook “Ordine delle Psicologhe e degli Psicologi della Liguria” e sul sito www.ordinepsicologi-liguria.it. Si ricorda inoltre che per la partecipazione allo spettacolo teatrale è necessario essere muniti di Green Pass. Per informazioni tel. 010.541225, mail segreteria@ordinepsicologiliguria.it.

Sempre in occasione della Giornata Nazionale della Psicologia 2021, **l’Ordine ha inoltre avviato un’indagine finalizzata a rilevare il livello di benessere della popolazione ligure** attraverso la compilazione di un [questionario disponibile sul proprio sito](#), in modo da poter delineare strategie di intervento utili ad affrontare le eventuali difficoltà e a valorizzare le risorse presenti, con l’obiettivo ultimo di promuovere il benessere e prevenire forme di disagio psicologico.

Ufficio Stampa Ordine degli Psicologi della Liguria

Marco Gaviglio, cel. 349-1793476, mail marcogaviglio1985@libero.it