



ASI-ADOC

SABATO
26 Novembre 2022
Torre d'Angolo
Via Paolo Torriani 9a
Mendrisio

**“Come migliorare la
comunicazione
nelle relazioni per
ridurre le emozioni
negative”**

8ª Giornata Ticinese dedicata all'ansia e alla depressione

L'Associazione della Svizzera Italiana per i disturbi d'Ansia, Depressivi e Ossessivo-Compulsivi (ASI-ADOC) organizza una giornata di informazione sull'ansia nella famiglia e nelle amicizie, cui sono invitate tutte le persone interessate. Tema centrale sarà il “come fare, come comportarsi, come essere efficaci”.

8:30 – 9:00

Arrivo dei partecipanti e iscrizione

9:00 – 9:15

Dr. med. Michele Mattia:
introduzione alla giornata

9:15 - 10:40

La comunicazione nella famiglia e nelle amicizie.
Role playing, interazione coi partecipanti, tavola
rotonda.

Moderatori: lic. phil. Roberto Ballerini, Dr.ssa med.
Raffaella Pozzi.

10:40 – 11:00

Pausa caffè

11:00 – 12:00

Discussione plenaria sulle strategie terapeutiche per
migliorare la comunicazione nelle relazioni familiari.

12:00 - 12:30

Concorso lavori sui disturbi d'ansia e depressivi:
premiazione.

12:30 – 13:00

Dr. med. Michele Mattia: conclusioni della giornata
e take home message.

Obiettivi della giornata

La comunicazione la usiamo tutti i giorni, pensando
spesso di conoscerla.

L'uso sbagliato delle parole può creare
traumi relazionali e incomprensioni
durature.

Dal punto di vista sistemico relazionale, i
disturbi della comunicazione nei rapporti
familiari, amicali, sociali, lavorativi,
possono essere individuati e corretti.

Se non conosciuti adeguatamente, i problemi
comunicativi possono dare origine a disturbi
relazionali e familiari più gravi come conflitti gravi,
fratture di coppia, incomprensioni fra i membri della
famiglia, ecc.

La giornata si pone l'obiettivo di stimolare la
conoscenza, le strategie di cura e di prevenzione
delle disfunzioni della comunicazione.

Chi organizza la giornata?

La giornata è organizzata dall'*Associazione della
Svizzera Italiana per i disturbi d'Ansia, Depressivi e
Ossessivo-Compulsivi* (ASI-ADOC).
Un'associazione mista di specialisti, di
persone che soffrono d'ansia e
depressione e di familiari, che da anni
lavora per diffondere la conoscenza su
questi disturbi.

Chi sono i relatori?

Lic. phil. Roberto Ballerini

Psicologo e psicoterapeuta. Membro del comitato ASI-ADOC.

Dr. med. Michele Mattia

Psichiatra e psicoterapeuta, cofondatore dell'Associazione Svizzera per l'ansia e la depressione. Presidente ASI-ADOC in carica.

Dr.ssa med. Raffaella Pozzi

Medico psichiatra e psicoterapeuta. Membro del comitato ASI-ADOC.

Lic. psych Lisa Testa-Vincenzino

Psicologa e psicoterapeuta. Membro comitato ASI-ADOC.

Saranno ammessi al massimo 50 partecipanti, i primi che si annunciano.

Partecipazione gratuita, ma è necessario iscriversi.

Iscrizione

Per iscriversi si prega di compilare e inviare la scheda seguente all'indirizzo:

studiomattia@michelemattia.ch

o per posta a:

Dr. med. Michele MATTIA
Presidente ASI-ADOC
Via Guisan 8
6902 Lugano-Paradiso

Ulteriori informazioni

Mail: studiomattia@michelemattia.ch
Tel: 091 647 14 07

Cognome

Nome

Luogo

E-mail