

*Oggi raccolgo brandelli di cielo,
sorrido al nuovo giorno
che si accinge a splendere,
raccolgo le forze come fossero
coralli sulla spiaggia,
e ne faccio tesoro per l'intera giornata.*

Stephen Littlword

PER INFORMAZIONI:

Unità di Psico-oncologia

Coordinatore: D.ssa Silvia Di Leo

Loredana Buonaccorso

Silvia Filiberti

Giulia Rubini

Laura Torricelli



SERVIZIO SANITARIO REGIONALE
EMILIA-ROMAGNA
Azienda Unità Sanitaria Locale di Reggio Emilia
IRCCS Istituto in tecnologie avanzate e modelli assistenziali in oncologia

Il Supporto Psicologico in oncologia



Il supporto psicologico

Se stai affrontando una malattia oncologica come paziente o come familiare, probabilmente stai vivendo un momento molto delicato della tua vita.

Il cancro infatti, oltre a colpire il corpo, può generare profonda sofferenza emotiva sia in chi ne è colpito, sia in coloro che gli stanno affianco. I sentimenti che si possono sperimentare sono molteplici e possono sovrapporsi gli uni agli altri: irritabilità, paura, ansia, senso di colpa, tristezza, rabbia, sono tutte reazioni frequenti e normali che tuttavia, a lungo andare, possono incidere sia sulla qualità di vita che sul modo di affrontare il percorso di cura.

In un momento come questo, riconoscere la sofferenza psicologica e chiedere aiuto non è un segno di debolezza, ma rappresenta un'opportunità per occuparsi pienamente di se stessi.

Rivolgersi ad uno psicologo in un passaggio così delicato della propria vita significa dedicarsi un tempo e uno spazio in cui affrontare le emozioni difficili, cogliere significati personali ed esplorare le proprie risorse alla ricerca di un nuovo equilibrio, che permetta di affrontare il momento di crisi, passo dopo passo.

A chi è rivolto

Il supporto psicologico è un servizio gratuito rivolto ai pazienti e ai familiari che vivono un momento difficile e che sentono il bisogno di affrontare il disagio legato alla malattia oncologica con un aiuto specialistico.

È possibile richiedere il supporto psicologico:

- facendone richiesta attraverso i medici e gli infermieri dell'équipe di cura;
- facendone richiesta al proprio medico di base.

In cosa consiste?

Un percorso di supporto psicologico rappresenta uno spazio e un tempo proprio, in cui la persona viene accompagnata ed aiutata a riconoscere ed ad affrontare le preoccupazioni e le reazioni emotive che si possono presentare in seguito alla diagnosi di malattia e nelle diverse fasi del percorso di cura.

Si svolge attraverso un numero variabile di colloqui, concordato insieme allo psicologo in base agli specifici bisogni della persona, agli obiettivi terapeutici ed al tempo necessario al loro raggiungimento.

Quali interventi proponiamo

Interventi individuali

Colloqui di sostegno e di psicoterapia rivolti ai pazienti e ai loro familiari.

Percorsi di gruppo

- Laboratori esperienziali finalizzati alla promozione del benessere (progetto LIC Donna).
- Gruppi di mindfulness, pratica supportata dall'evidenza scientifica che unisce tecniche millenarie di meditazione alla moderna terapia cognitiva.