

San Romolo, i vandali della Pasquetta

Cumuli di rifiuti e degrado nel prato: la firma degli incivili dopo il pic nic

IL CASO
 Il prato di San Romolo, a San Lorenzo al Borgo, è stato devastato da un gruppo di vandali durante il picnic della Pasquetta. I rifiuti sono stati lasciati in cumuli, causando un grave degrado ambientale. Le autorità locali stanno cercando di identificare i responsabili per poterli sanzionare.



Il degrado del prato di San Romolo è stato causato da un gruppo di vandali durante il picnic della Pasquetta. I rifiuti sono stati lasciati in cumuli, causando un grave degrado ambientale. Le autorità locali stanno cercando di identificare i responsabili per poterli sanzionare.

IL CASO
 Il prato di San Romolo, a San Lorenzo al Borgo, è stato devastato da un gruppo di vandali durante il picnic della Pasquetta. I rifiuti sono stati lasciati in cumuli, causando un grave degrado ambientale. Le autorità locali stanno cercando di identificare i responsabili per poterli sanzionare.



Studio su
Imperia
Sanremo
S. Bartolomeo

Lo sapevi? Gli avvenimenti dolorosi possono condizionare il tuo comportamento futuro.

A volte la vita ci mette di fronte a una situazione fortemente stressante, traumatica: un lutto, un'interruzione di gravidanza, un incidente, una malattia, una relazione con una persona che ci spaventa. Le cicatrici degli avvenimenti più dolorosi non scompaiono facilmente dal cervello, molte persone continuano a soffrirne i sintomi anche a decenni di distanza e si trovano condizionata la vita. E così, quando ripensiamo a un incidente che ci è accaduto tre anni prima, lo possiamo sentire nel corpo, con i pensieri e le immagini presenti al momento dell'evento. Lo stesso accade se siamo stati testimoni di un'aggressione avvenuta più di trent'anni fa, o se siamo stati maltrattati cinquant'anni fa: possiamo provare lo stesso senso di impotenza, lo stesso dolore, lo stesso cordoglio e la stessa rabbia provati all'epoca. Il passato può essere ancora presente e sembra che tutto avvenga di nuovo. Ciò si ripercuote sul nostro presente perché reagiamo nei confronti del mondo circostante con quel-

le emozioni, anche se non sono sintoniche con quello che sta succedendo, reagiamo in maniera eccessiva o in un modo che danneggia noi e chi ci sta vicino. Ognuno di noi possiede dentro di sé un meccanismo di elaborazione delle situazioni, anche di quelle più traumatiche; tale meccanismo fa in modo che anche questi eventi vengano "digeriti" e che si possa tornare a star bene. A volte però questo meccanismo non va a buon fine in modo naturale e capita che lo stato di malessere e di disagio permanga nel tempo, condizionandoci la vita. Ad oggi, esiste una tecnica psicoterapeutica chiamata EMDR (Desensibilizzazione e Rielaborazione attraverso i Movimenti Oculari), consigliata dall'Organizzazione Mondiale della Sanità (WHO 2013), che mira specificatamente a sbloccare l'elaborazione degli avvenimenti dolorosi. Questo permette di mantenere il ricordo dell'evento e nello stesso tempo di stare bene e avere reazioni adeguate che vanno a beneficio nostro e di chi amiamo.

Dott.ssa Erika Bonavera

PSICOLOGA - PSICOTERAPEUTA - TERAPISTA EMDR
SESSUOLOGA CLINICA - INSEGNANTE DI TRAINING AUTOGENO

Tel. 349.3271931

Sito web: www.erikabonavera.com - facebook: Erika Bonavera Psicologo - Imperia

