

Polizia Gestione dello stress A 'lezione' dalle forze speciali

■ Si è svolto presso la caserma Marconi un corso formativo organizzato dalla questura, in collaborazione con l'ufficio Sanitario Provinciale, dedicato ai poliziotti dal titolo 'L'uomo nell'evento critico: consapevolezza e gestione del se' a cura dello staff di 'Progetto Copsiaf-consapevolezza psicologia & Awareness Factors' con il contributo di Galdus, società cooperativa sociale. Sono state toccate tematiche teoriche come lo stress, con cenni di psicosomatica e di teoria cognitivo comportamentale per la gestione dello stress sia nella quotidianità che fuori dalla zona di comfort. Dopo una premessa sulla metodologia dello

'Stress Inoculation Training' (intervento psicoterapeutico per affrontare e gestire lo stress e le sue conseguenze disfunzionali) attraverso l'utilizzo di alcune tecniche di Aikido, antica disciplina marziale giapponese, illustrate dal maestro e cintura nera, **Vittorio Brunelli**, si è lavorato su alcuni aspetti emotivi che possono generarsi durante situazioni critiche o di emergenza. Il percorso si è concluso con una sperimentazione di Psy-SIM (simulazioni realistiche) con gli ex operatori delle forze speciali militari **Alberto Bertoli** e **Mirko Cescato** sotto la supervisione delle psicologhe psicoterapeute **Eleonora Bertuzzi** e **Claudia Cornali**.



La proprietà intellettuale è riconducibile alla fonte specificata in testa alla pagina. Il ritaglio stampa è da intendersi per uso privato

