



NINFEA

NEWSLETTER MEDICO PSICOLOGICA

ANNO 1

NUMERO 3

Via Cervinia, 52 - Angri

www.ninfea.info

tel.3343598026

OPEN DAY NINFEA



L'11 giugno 2016 appuntamento speciale con l'Open Day Ninfea: una giornata a porte aperte a partire dalle ore 9.00 fino alle ore 19.00 per incontrare e parlare con i professionisti che collaborano con noi.

In quella Giornata saranno presenti gratuitamente i seguenti esperti: Psicoterapeuta, Logopedista, Otorino, Oculista, Nutrizionista, Psicomotricista, Neuropsichiatra Infantile, Esperto Dsa.

Per informazioni e prenotazioni telefonare al numero 334 3598026 oppure contattateci attraverso la nostra pagina fb o la nostra email info@ninfea.info

CONSULENZE PER BAMBINI, ADULTI E FAMIGLIE

CONSULTI PSICOLOGICI E MEDICO PEDIATRICI

AREA MEDICA

- OTORINO
- CARDIOLOGO
- DIETOLOGO
- CHIRURGO
- ALLERGOLOGO
- DERMATOLOGO
- PSICOMOTRICISTA
- FONIATRA
- DENTISTA
- PSICHIATRA
- OMEOPATA
- OCULISTA
- LOGOPEDISTA
- ORTOPEDICO
- GASTROENTEROLOGO
- NEUROPSICHIATRA

AREA PSICOLOGICA- PSICOTERAPIA

- TERAPIA DI GRUPPO
- TERAPIA DI COPPIA
- TERAPIA FAMILIARE
- TERAPIA INDIVIDUALE PER IL TRATTAMENTO DI DIPENDENZE
- DISAGIO COMPORTAMENTALE ADOLESCENZIALE CON TRATTAMENTI SPECIFICI INERENTI ANSIA E ATTACCHI DI PANICO.
- MEDIAZIONE FAMILIARE ASSISTITA

SOSTEGNO ALLA GENITORIALITA' :

- PERCORSO DI ACCOMPAGNAMENTO DALLA NASCITA AI PRIMI MESI DI VITA DEL BAMBINO COME PREVENZIONE ALLA DEPRESSIONE POST PARTUM.
- SIEFFETTUANO TEST DIAGNOSTICI PER LA VALUTAZIONE DI DISTURBI DELL'APPRENDIMENTO, DISTURBI DEL LINGUAGGIO, DISTURBI DELLA ATTENZIONE UNITAMENTE A PERCORSI POST SCOLASTICI DI SOSTEGNO.

SI EFFETTUANO, PRESSO LA SEDE NINFEA, VISITE E CONSULENZE DIAGNOSTICHE COMPLETE.

L'IMPORTANZA DEL GIOCO

"Mamma cosa vuol dire giocare?"... "Giocare significa vivere in un mondo felice, dove tutto è possibile, dove tutto è fatato!!! "..." "che bello...mamma vuoi venire con me nel mondo fatato? Giochi con me?"... "certo..."

Gli studiosi considerano il gioco un importante fattore di sviluppo in quanto permette al bambino di sperimentare prima e di consolidare poi nuove competenze sia cognitive che socio affettive. Attraverso il gioco i bambini si esprimono, raccontano di sé, interpretano e combinano in modo creativo le loro esperienze. Dalla nascita e per l'intero arco di vita usiamo il gioco come mezzo per esprimere liberamente le nostre ansie, i nostri desideri, anche se man mano usiamo giocattoli diversi. Il gioco che rappresentiamo parla a sua volta di noi. Pur essendo considerato un bisogno dell'infanzia esso è una necessità utile per la costruzione della personalità del bambino. Molti genitori lo considerano una frivolezza o una inutile perdita di tempo ma al contrario è il campo privilegiato dove il piccolo scopre e si misura con il mondo.

Molte volte incontro genitori che mi chiedono quali sono i "giochi intelligenti" da comprare per i loro figli...e io rispondo..."nessuno"!! In realtà i giochi intelligenti che stimolerebbero la manualità o la logica nel bambino non lasciano spazio alla fantasia e alla sperimentazione libera.

Il bambino deve giocare e deve avere tempo per giocare, avere tempo di esprimersi. Winnicott (1971) scrive "E' nel giocare e soltanto mentre gioca che l'individuo, bambino o adulto, è in grado di essere creativo e di fare uso dell'intera personalità, ed è solo nell'essere creativo che l'individuo scopre il sé. [...] Sulla base del gioco viene costruita l'intera esistenza dell'uomo come esperienza". Purtroppo oggi noto che molti genitori affidano i loro figli alla TV, alla governante o alla playstation (o similari).

Noto che molti bambini che osservo nelle scuole o che giungono da me per diversi motivi in terapia psicomotoria non sanno giocare. Vi è un'assenza del gioco simbolico, il far finta di....e di conseguenza sono

bambini che non sviluppano i "giochi di ruolo" e "giochi con regole", importantissimi strumenti per sviluppare e perfezionare le abilità sociali, il senso del sé, le norme di condotta umana e la capacità di padroneggiare le innumerevoli possibilità della comunicazione e delle interazioni umane. Per tale ragione, i bambini che fanno più esperienza di giochi di ruolo sviluppano una maggiore capacità di inserimento sociale, spesso legata al più precoce sviluppo dell' "empatia", ossia di quella capacità di mettersi nella prospettiva dell'altro, che si acquisisce attraverso quei giochi in cui ci si immedesima con i bisogni, le difficoltà e le possibilità dell'altro.

Discorsi analoghi valgono per i bambini che non conoscono le favole... ma che invece conoscono come funziona un cellulare o i giochi al computer. C'è un uso troppo alto di computer, playstation, videogiochi particolarmente violenti. Purtroppo gli effetti dei videogiochi sui bambini, considerati positivi da molti genitori, quali, maggiore reattività, maggiore eccitabilità, maggiore velocità nei riflessi, spesso non migliorano le loro prestazioni intellettive. Anzi, è dimostrato in letteratura che l'uso dei videogiochi riduce la capacità di attenzione, la capacità di ragionamento logico- deduttivo, di adattamento, di interazione e mediazione, del comportamento pro-sociale. Un uso troppo prolungato dei videogiochi porta ad una videomania e ad una "videofissazione" ossia la prolungata esposizione ad un videogame, senza pause e completamente assorbiti dal gioco in silenzio e, spesso, in una stanza poco illuminata. Ciò comporta una caduta delle barriere razionali che aiutano a filtrare i contenuti dei videogiochi, ciò comporta a considerare i comportamenti virtuali come comportamenti reali. Il bambino per giocare virtualmente finisce per togliere spazi, oltre che ad ogni attività fisica, anche alle attività connesse all'apprendimento scolastico che, se svolte, vengono praticate velocemente, con scarsa applicazione e con una stanchezza mentale (e spesso visiva) che comporta risultati con precoci ed evidenti ricadute negative sul rendimento scolastico.

D'altro canto un rapporto disturbato con il videogioco finisce per sostituire facilmente e completamente ogni altro tipo di relazione sociale, favorendo uno stato di isolamento e di individualismo che dispone all'introversione, limita l'apprendimento di utili abilità sociali, creando spesso problemi anche nei rapporti con i familiari. Assisto a casi di litigi con i familiari, sonno agitato, stanchezza continua.... (www.benessere.com/psicologia/arg00/videomania_videodipendenza.htm)

La psiche si sviluppa percependo ed elaborando varie modulazioni informazionali che provengono dall'ambiente, attraverso le quali il bambino prende coscienza del mondo che lo circonda ed impara a dialogare con esso. Sono quindi le informazioni che laddove siano caotiche, contraddittorie, in antitesi con la fisiologia umana e la realtà obbiettiva possono produrre memorizzazioni ed associazioni che facilitano psicopatologie, alterazioni dell'umore e del comportamento, disturbo del sonno, ansia... (www.psicolab.net)

Non dimentichiamoci una cosa fondamentale: il bambino da soggetto, protagonista attivo nel gioco, diventa spettatore passivo di fronte ad uno schermo. Nel gioco simbolico il bambino condivide con l'altro emozioni, il proprio mondo, si confronta con l'altro...

Un bambino, per diventare sano e forte e soprattutto felice deve giocare, deve correre, deve sporcarsi, deve vivere. Vi ricordate i giochi che si facevano tempo fa nei cortili delle nostre case? La settimana, il nascondino, il gioco del barattolo? Ci divertivamo ed inventavamo i giochi anche senza materiali, senza oggetti ed il divertimento lo trovavamo nell'inventare. Ed è proprio questo ciò che manca nei giochi dei nostri figli...e che cerco di far nascere nella terapia di alcuni bambini ... il piacere di inventare, di costruire il proprio gioco. Vorrei concludere con una affermazione di Michel De Montaigne: "I giochi dei bambini non sono giochi, e bisogna considerarli come le loro azioni più serie".

Dott.ssa Luisa Gallo
Neuro Psicomotricista,
Senior Tutor ABA

GESTIONE DEI COMPORAMENTI-PROBLEMA

Un convegno per approfondire

Ninfea organizza gratuitamente una giornata informativa dal titolo "Gestione dei comportamenti-problema", rivolta ai docenti e ai genitori sui disturbi comportamentali.

Tale proposta nasce dalla consapevolezza dell'importanza dell'informazione sui disturbi che, soprattutto negli ultimi anni, sono sempre più frequenti nei ragazzi e le difficoltà che gli insegnanti possono incontrare sull'iter da seguire nel momento in cui un alunno manifesta tali disturbi.

L'incontro si svolgerà il 31 maggio dalle ore 16.30 alle ore 19.30 presso la Casa del Combattente ad Angri.



Liste di Nozze

Corso Italia, 39/41
Tel. 081.5131437
84012 Angri (SA)

www.kjorogioielli.it
e-mail: info@kjorogioielli.it



VIA RISI 93, ANGRÌ (SA) TEL: 334 34 99 808



Centro Applicazioni Lenti a Contatto



Via Roma, 394 - Sant'Antonio Abate (NA)
Tel. 081 8735423
www.otticaiaccarino.it

UNA SOLUZIONE AI DIFETTI DI VISTA

L'Ortocheratologia è una tecnica non chirurgica con cui è possibile correggere un difetto di vista attraverso l'applicazione programmata di specifiche lenti a contatto. Questa tecnica consiste nell'applicazione di lenti rigide gas permeabili con una conformazione particolare, detta a geometria inversa. Le lenti per ortocheratologia notturna sono fatte con materiali estremamente permeabili all'ossigeno e si portano solo mentre si dorme: grazie alla pressione palpebrale ed alla spinta idrostatica negativa causata dal serbatoio lacrimale periferico, l'epitelio corneale viene compresso di pochi micron in modo da ridurre temporaneamente il difetto refrattivo. Quando al mattino la lente viene rimossa, la cornea mantiene la sua forma modificata e si continua a vedere bene ad occhio nudo per tutto il giorno, senza occhiali e senza lenti a contatto. Dopo un primo periodo di adattamento, la visione nitida ad occhio nudo dura fino a sera inoltrata. Rimettendo le lenti ogni notte si mantiene un effetto stabile nel tempo. Questo trattamento è completamente reversibile: se si desidera interrompere l'uso di queste lenti, è sufficiente un breve periodo di sospensione perché la cornea ritorni alla sua forma originaria.

Generalmente l'ortocheratologia è indicata nei casi di miopia medio bassa, non superiore alle 6 diottrie, nell'ipermetropia fino a 3 diottrie ed in alcuni casi di astigmatismo. L'ortocheratologia è indicata per coloro che non desiderano o non possono portare occhiali o lenti a contatto convenzionali e non possono o non vogliono sottoporsi ad un intervento di chirurgia refrattiva. Non vi sono limiti di età per questo metodo di correzione. Anche bambini ed adolescenti possono essere buoni candidati, purché non presentino controindicazioni alle lenti a contatto.

Recenti studi scientifici controllati hanno dimostrato l'effetto dell'ortocheratologia nel rallentare l'aumento della miopia specialmente durante uno dei periodi di massima crescita dell'ametropia: l'adolescenza.

Tra i più recenti studi in materia spicca

l'autorevole "Singapore Study" del dr.Khoo e quello condotto dall'Università di Tsukuba in Giappone, i risultati, a fronte di un campione di cento bambini tra i 10 ed i 12 anni seguiti per 36 mesi, hanno confermato il rallentamento della progressione miopica.

Statisticamente con queste lenti si è evidenziato un rallentamento della progressione miopica del 58% rispetto alla tradizionale correzione con gli occhiali.

Generalmente, l'applicazione di lenti per ortocheratologia è controindicata in tutte le situazioni oculari che non consentono l'utilizzo di lenti a contatto di tipo convenzionale. Una visita oculistica preventiva con l'esecuzione di opportuni esami pre-applicativi (topografia corneale, pachimetria, pupillometria, etc.) ed una prova preliminare sono necessari per stabilire che non sussistano tali controindicazioni.

Già dopo la prima notte di utilizzo delle lenti si possono notare risultati evidenti. I tempi necessari per la correzione completa ed il mantenimento di un risultato stabile dipendono dall'entità del difetto da correggere e dalle variabili individuali di ogni persona. A differenza delle normali lenti a contatto, le lenti per ortocheratologia non si indossano durante il giorno, ma la sera prima di andare a dormire.

Le lenti per ortocheratologia notturna che vengono usate oggi sono molto sofisticate e permettono alla cornea un'ossigenazione naturale al 99% anche quando la palpebra è chiusa, questo tipo di lente è stato approvato dall'associazione americana FDA (Food&Drugs Administration), in quanto è l'unica a non alterare l'endotelio corneale.

Dott. Giuseppe Normando
Oculista



Farmacia Mirra Dr. Marco - Via F. Solimena 8/10
84014 Nocera Inferiore (SA) - Tel. 081/3412016 - 5172252
farmaciamirra@gmail.com - www.farmaciamirra.info



by Apache



inFormatica e comunicazione

WebSite e Assistenza PC | Componenti e Software | Siti web
Stampa | Fotoalbum | Marketing | Pubblicità | Social Media
Piazza Saverio, 23 84012 - Angri (SA)
Tel. 081.948877 | Cell. 339789993 | Email info@bazinga.com

RUBRICA DEL PAZIENTE

Durante un seminario una docente universitaria ha voluto tranquillizzare qualche studente preoccupato dell'opinione che solitamente si esprime nei confronti di chi intraprende un percorso di psicoterapia, o più semplicemente accede a qualche seduta psicologica, e viene ritenuto "matto" o "anormale". «Niente di più erroneo» - dichiara l'insegnante, che associa questo iter formativo ad una "cura", necessaria una volta nella vita, in quanto prima o poi quasi tutti "cadono" in incidenti di percorso - «proprio come quando ci si spezza una gamba o si fa un incidente e si va dal medico!» - aggiunge.

In effetti, numerose sono le metafore da applicare a quest'opportunità preziosa, particolare. Si può immaginare il paziente che, entrato in un labirinto, non riesce ad individuare la via d'uscita da solo, così ricorre ad un aiuto esterno. Oppure ad un bambino che non riesce a tuffarsi dal trampolino e ha bisogno di una spinta. L'input proviene dall'esterno, tuttavia le risorse sono tutte interiori. Lo psicologo, infatti, svolge una funzione strumentale ed induce la persona a tirare fuori quel potenziale nascosto oppure quello "che non va" e va "eliminato". Ricordo che il giorno dopo che cominciai quest'esperienza entrai attraverso quella porta con una speranza, ma con nessun'aspettativa. Avevo seguito il consiglio di un paziente e di un'amica, stanca per ciò che si vedeva di me e per come mi vedevo io... o non mi vedevo. Non sapevo esattamente dove fosse il problema, né dargli un nome, non ero in grado di giustificare il mio "malessere", né di "riconoscere" qualcosa che mi facesse stare bene. Forse ero come una pentola a pressione sul punto di esplodere, o almeno così mi sentivo in alcuni momenti, durante la lotta contro le emozioni. Quella mattina, quasi a fine seduta, ricordo che pronunciai una frase: "Ma io non sto male, sto bene!" Forse temevo di ammetterlo a me stessa, di dirlo a voce alta, o meglio ad un'altra persona. Ritornando con la mente a quell'incontro mi rendo che in quel momento mi sentii accolta e non mi capitava da un po'. Sentii che potevo aprirmi senza esitare, senza preoccuparmi, senza che nessuno mi incutesse timore o mi puntasse il dito. Potevo tirare fuori me stessa, le mie emozioni, le parole... e lo stato d'animo che ci accompagna durante una seduta non è altro che l'espressione di sé. Mi sentii più "normale", "meno colpevole" e questo senza dubbi mi rassicurò. Durante gli incontri successivi, ricordo il mio "entusiasmo" (misto ad esigenza) di parlare e raccontarmi. Mi ponevo domande (esempio: "ma sono davvero così?"), mi davo risposte, cominciai a fare ordine, chiarezza. Ho imparato innanzitutto a considerarmi, ricordandomi che sono una persona, ad ascoltarmi, ad assecondare una vocina interiore, a zittire o quanto meno ignorare le voci esterne, lavorando sull' AUTOSTIMA. Imparo a non piangermi addosso, a non lamentarmi (anche se è un po' difficile), e a guardare avanti e a non farne un dramma. Sto imparando a credere in me, a non dubitare di me. A distaccarmi dal giudizio altrui, a stabilire un equilibrio con me, e con gli altri. Ho imparato, o meglio sto imparando a sentirmi meno in colpa, a perdonarmi e a perdonare. Imparo, seduta dopo seduta, a considerare gli avvenimenti sotto un altro punto di vista. Imparo che ci sono degli ostacoli, dei limiti ma anche delle capacità e delle conquiste. Imparo a darmi tempo, a vedere il bicchiere mezzo pieno

cercando di non fare a pugni con le emozioni, ma ad accoglierle e riconoscerle. Imparo a relativizzare, rivalutare l'errore, ritenuto talvolta un mostro da condannare, considerato poi come un "maestro", da cui trarre insegnamento. Oggi, a distanza di quasi cinque mesi, posso affermare che ho ancora mille domande ma so che voglio diventare una tosta, indipendente, una donna VERA! Forse, la ricchezza più grande che posso trarre da questa "riscoperta" è una nuova visione: siamo noi a costruire certi pensieri e noi possiamo abatterli, così come è il nostro potere modificare la realtà laddove di può fare, a piccoli passi, non con pretese assurde. Si vive oggi, non si rimane attaccati al passato, più che altro si impara da esso, trasformandolo. Ed ecco che si può associare il paziente ad un pittore che davanti ad una tela con un pennello in mano, tenta con pazienza di ridisegnarsi o ad un regista che a suo modo costruisce il suo film e muove la macchina da presa. Si presenta un storia, si pone una partenza e si comincia, si corre, si cade, ci si rialza e si prosegue. La psicoterapia è trasformazione, è autodeterminazione, è vita (o l'inizio di una vita?!). Posso, inoltre, concludere dicendo che ci sono stati giorni in cui mi sentivo meno convinta, meno motivata di andare...non so esattamente per quale motivo. Però dopo aver scritto questo testo, sono di nuovo qua, e ho la consapevolezza che si esce dal tunnel e che il bambino trova il coraggio di tuffarsi e si immerge tutto in piscina!



Dott.ssa Barbara Bartoli,

Presidente dell'Associazione Ninfea, è psicologa specializzata in Psicoterapia sistematico relazionale e Mediazione familiare. CTU Tribunale di Nocera Inferiore(Sa). Esperta nel trattamento delle disabilità e ABA in formazione. Dal 2010 effettua consulenze con singoli coppie e famiglie.

Dott.ssa Esposito Fabiola,

Responsabile dell'Associazione Ninfea, è psicologa e psicoterapeuta, specializzata in Psicopatologia e Trattamenti di ansia e attacchi di panico, fobie specifiche e depressione. Effettua consulenze con minori, adolescenti e adulti.

Dott.ssa Ferraioli Tiziana,

Responsabile dell'Associazione Ninfea, è Educatrice Professionale esperta in Disturbi Specifici dell'Apprendimento. Ha conseguito il Secondo Livello in Lingua Italiana dei Segni e lavora da anni con minori a rischio e disabili. Effettua consulenze nell'ambito dei disturbi dell'apprendimento.



Alle Mura
Fotografia



Via Cervinia, 22

