



**“SONO UN FALLITO.
È TUTTO INUTILE.
NESSUNO PUÒ AIUTARMI.
NON CAMBIERÀ MAI NIENTE”
TRISTI RUMINAZIONI:
LA DEPRESSIONE**

con la prof.ssa Barbara Barcaccia
Psicologa e Psicoterapeuta
insegna Psicologia Clinica e gestione dello stress
presso l'Università degli Studi Roma Tre

**Workshop gratuito
dedicato a studenti e studentesse**

La depressione è il disturbo mentale più diffuso nel mondo.

La sua prevalenza è in continua crescita, con l'incremento maggiore registrato tra **adolescenti e giovani**. Si tratta di un disturbo che riduce in modo significativo la qualità della vita. Fortunatamente, il trattamento della depressione è migliorato in modo sostanziale negli ultimi anni e **sono disponibili diversi trattamenti efficaci**.

Nel corso del workshop saranno chiarite le differenze tra tristezza e depressione, si illustreranno sintomi della depressione, si presenteranno brevi cenni sulle terapie più efficaci e si forniranno alcune indicazioni su prevenzione della sintomatologia depressiva e promozione del benessere.

**11 APRILE 2025
ORE 16.00-18.00
Aula C2**