



Via Mazzini 11, 17043 Carcare (Sv)

[www.parlaconlevoci.it](http://www.parlaconlevoci.it) - [info@parlaconlevoci.it](mailto:info@parlaconlevoci.it)

NOI PER VOI



ASSOCIAZIONE DI PROMOZIONE SOCIALE

## WORKSHOP "TRATTARE CON LE VOCI ARRABBIATE E DISTRUTTIVE" Rufus MAY Alessandra SANTONI e Marcello MACARIO

*Per uditori di voci, facilitatori di gruppi di auto-aiuto già attivi, operatori, famigliari e chiunque, a vario titolo, desidera essere di aiuto agli uditori nella conoscenza di vari modi di gestione delle voci e delle emozioni ad esse correlate ed è interessato alla attivazione di nuovi gruppi.*

*Il workshop è limitato ad un massimo di 50 partecipanti*

**VENERDI 11 e SABATO 12 APRILE 2014**

**SEMINARIO VESCOVILE  
Via Ponzone 5, SAVONA**

Udire le voci è una esperienza umana strettamente correlata a eventi traumatici che sono avvenuti in precedenza (abusi sessuali, repressione delle emozioni, abusi fisici, bullismo, problemi adolescenziali, elevati livelli di stress). Le emozioni correlate all'evento traumatico si esprimono attraverso le voci e possono sconvolgere la vita della persona. Tuttavia è assolutamente possibile riacquisire il controllo della propria vita (quello che in inglese è definito come "recovery" e in italiano possiamo approssimativamente tradurre con "guarigione"). Nel cammino verso la guarigione si identificano e chiariscono le problematiche con cui l'uditore ha a che fare (le minacce, la sensazione di essere privo di qualsiasi potere, la paura di impazzire) e si intraprende un percorso individuale che riconduce l'uditore verso le proprie emozioni e le proprie esperienze di vita e permette di realizzare quello che si era sempre e solo sognato.

I gruppi di auto-aiuto sono uno strumento molto utile nel percorso di "recovery" e possono efficacemente affiancarsi ad altri approcci di cura (i farmaci e la psicoterapia); partecipare ad un gruppo aiuta a vincere la timidezza, a sbloccarsi per parlare della propria esperienza, ad essere accettati per come si è. Nel gruppo si possono scoprire possibili retroscena dell'esperienza di udire le voci e di come essa si può ricollegare alla storia di vita di ciascuno, si possono scambiare strategie di affrontamento delle voci, ci si può rendere conto che non si è obbligati a fare quello che le voci dicono e che si ha una propria opinione ed un potere sulle voci, si può imparare davvero a parlare con le voci cercando di afferrare quello che le voci vogliono dire, si possono avere stimoli per ridiventare più attivi e protagonisti nella vita quotidiana.

Il workshop prevede la partecipazione attiva dei partecipanti (ognuno secondo le proprie capacità e desideri) e comprende anche lavori in piccoli gruppi ed esercizi di rilassamento.

*RUFUS MAY è uno psicologo clinico che lavora presso i servizi psichiatrici di Bradford (UK) nell'ambito del Servizio Sanitario Nazionale inglese. E' membro di INTERVOICE (la rete internazionale degli uditori di voci) e lavora inoltre come formatore indipendente sui temi della psicosi e della "recovery". Ha sviluppato, insieme a Dirk Corstens, Jacqui Dillon ed altri colleghi, un approccio all'esperienza di udire le voci basato sul dialogo con le voci stesse. Ha tenuto corsi e workshop per operatori della salute mentale, medici di base, pazienti e famigliari ed ha partecipato come relatore a congressi in: USA, Nuova Zelanda, Canada, Australia, Olanda, Svizzera, Norvegia, Irlanda, Scozia e Italia. Per ulteriori informazioni: [www.rufusmay.com](http://www.rufusmay.com)*

*MARCELLO MACARIO, psichiatra presso il Dipartimento di Salute Mentale della ASL di Savona, ha contribuito alla traduzione in italiano dei libri di Ron Coleman e di "Vivere con le voci. 50 storie di guarigione" ed è tra i promotori della Rete Italiana degli uditori di voci.*

*ALESSANDRA SANTONI, educatrice presso l'Azienda Ospedaliera "Sacco" di Milano, è facilitatrice del gruppo di auto-aiuto "Incontro voci" di Milano, formatrice e promotrice della Rete Italiana degli uditori di voci.*

**VENERDI' 11 APRILE 2014 (dalle 14.30 alle 18)**  
**SABATO 12 APRILE 2014 (dalle 9 alle 13 e dalle 14.30 alle 18)**

Le voci aggressive possono spaventare molto e rendere difficile la vita quotidiana. Ma è possibile ridurre la loro pericolosità imparando a parlarne apertamente insieme a persone amiche e trovando modi nuovi per essere in rapporto con sé stessi e con gli altri. Spesso le voci cattive sono un segno per l'uditore che ha bisogno di avere più fiducia in sé stesso, di trovare modi nuovi per confrontarsi con le emozioni e per dare soluzione ai conflitti. C'è bisogno di avere una buona rete di sostegno intorno per fare tutto questo. Il workshop sarà basato sull'esperienza sviluppata nei gruppi di auto-aiuto per uditori e nel lavoro di supporto individuale con il singolo uditore.

Contenuti del workshop:

- Strategie per fronteggiare le voci,
- Come si possono capire le voci cattive,
- Utilizzare i giochi di ruolo per mettere dei limiti alle voci,
- Approcci basati sul dialogo con le voci,
- Approcci per tenere i piedi per terra e per rinforzare la mente,
- Storie di uditori di voci che hanno cambiato la relazione con le proprie voci,
- Lavorare con le emozioni di cui le voci sono portatrici,
- Aumentare le proprie relazioni sociali.

**Quote di partecipazione:**

- **operatori - 60 euro,**
- **uditori di voci, famigliari, volontari, ecc. - 30 euro.**

Da versare a:

Associazione di promozione sociale "Rete Italiana Noi e le Voci", via Mazzini 11, 17043 Carcare (Sv)  
mediante bonifico bancario: Banca Etica, IBAN IT20 P050 1801 4000 0000 0145 632  
causale: "workshop Rufus May Savona aprile 2014" e [indicare il nome del/i partecipante/i](#)

Il workshop NON è accreditato ECM

(ma saranno estratti a sorte bellissimi premi della Bottega Equo-solidale di Carcare)

**Presso la sede del workshop è possibile:**

- **pranzare il sabato al prezzo di 9 euro con menu equo-solidale a cura dell'Associazione "Noi per Voi" di Carcare;**
- **alloggiare in camere doppie presso l'Ostello del Seminario al prezzo di 25 euro al giorno a persona (pernottamento + prima colazione).**

Per informazioni: [info@parlaconlevoci.it](mailto:info@parlaconlevoci.it) - 335-1362180

**SCHEDA DI ISCRIZIONE**

*Da inviare via fax (019-510434); attendere la comunicazione di accettazione della iscrizione e poi pagare la quota di iscrizione e inviare via fax la ricevuta del pagamento.*

Nome e Cognome \_\_\_\_\_

Indirizzo \_\_\_\_\_

Telefono \_\_\_\_\_ e-mail \_\_\_\_\_

- uditore di voci  
 operatore (indicare il ruolo professionale) \_\_\_\_\_  
 familiare  
 volontario  
 altro (specificare) \_\_\_\_\_

Fai già parte di un gruppo di auto-aiuto per uditori di voci?     SI                       NO

## **SCHEDA DI PRENOTAZIONE ALBERGHIERA**

*Da inviare via fax (019-510434)*

Desidero/desideriamo pernottare presso l'Ostello del Seminario nelle seguenti date:

- giovedì 10 aprile
- venerdì 11 aprile
- sabato 12 aprile

Nome e Cognome \_\_\_\_\_

Indirizzo \_\_\_\_\_

Telefono \_\_\_\_\_ e-mail \_\_\_\_\_

Nome e Cognome \_\_\_\_\_

Indirizzo \_\_\_\_\_

Telefono \_\_\_\_\_ e-mail \_\_\_\_\_

Nome e Cognome \_\_\_\_\_

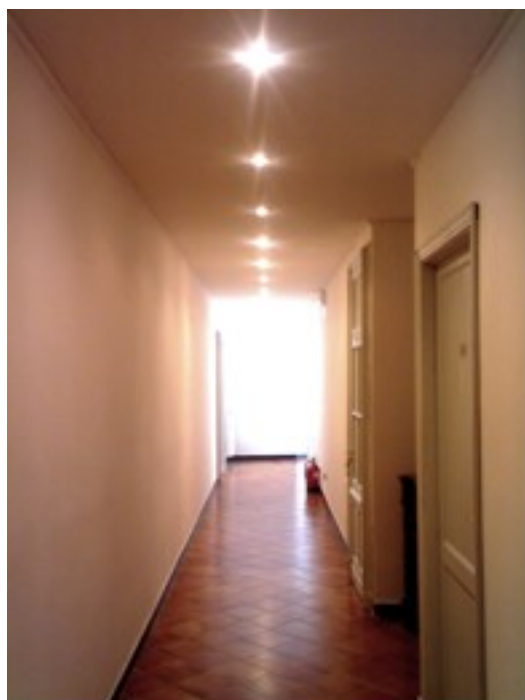
Indirizzo \_\_\_\_\_

Telefono \_\_\_\_\_ e-mail \_\_\_\_\_

Nome e Cognome \_\_\_\_\_

Indirizzo \_\_\_\_\_

Telefono \_\_\_\_\_ e-mail \_\_\_\_\_

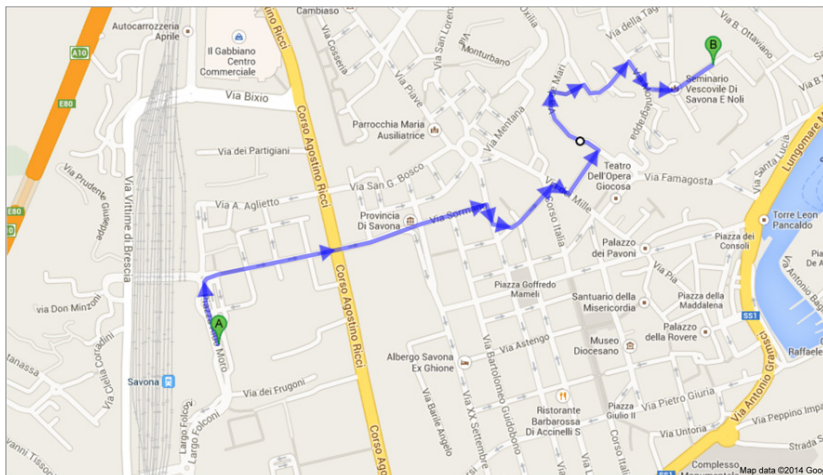


## COME RAGGIUNGERE LA SEDE DEL WORKSHOP

### In treno:

dalla stazione di Savona bisogna fare una passeggiata di una ventina di minuti

oppure prendere il bus n. 5 (e scendere alla fermata in cima a via dei De Mari).



### In auto:

uscire al casello di Savona e prendere la direzione Centro Città – Porto.

Il Seminario è a 6 km ed è dotato di parcheggio.

