

GRUPPO A.M.A.



“AL DI LA’ DELLE VOCI” - IMOLA


anche Giova

L'INIZIO

- Dall'incontro con Ron Coleman il il 3-4-5 ottobre 2005 inizia la nostra esperienza come gruppo di auto-mutuo-aiuto.
- Il Gruppo A.M.A. uditori di voci " Al di la delle voci" Imola è un'opportunità e una risorsa che porta verso il cambiamento
- Un mezzo relazionale.
- Chi da aiuto nella nella realtà modifica se stesso nel rapporto con l'altro

REGOLE DEL GRUPPO

- ***Scelta del luogo dove incontrarsi***
- ***L'orario***
- ***ascolto***
- ***rispetto***
- ***puntualità***
- ***partecipazione***
- ***verbale***
- ***riservatezza***
- ***pausa***
- ***apertura ai nuovi ingressi***
- ***libertà di partecipare***
- ***futuro del gruppo , progetti e iniziative***
- ***la forza,***
- ***la partecipazione Il gruppo "Al di là delle voci"***
- ***non avere timore***

L'ESPERIENZA DI ANNAMARIA

Mi chiamo Anna Maria e sono una uditrice di voci. Nel gruppo ho imparato alcune strategie per migliorare il mio rapporto con le voci:

- *sapere con chi parli cioè dare un nome alle voci stesse*
- *scoprire i motivi per cui sono apparse le voci*
- *Rapportarsi con loro con dolcezza, senza agitarsi e avere un ruolo attivo per poter contrattare. Da tutto ciò inizia il mio percorso verso la recovery.*

PER ME RECOVERY SIGNIFICA

- accettare la presenza delle proprie voci,
- dare alle voci un certo orario durante il quale si è disposti a parlare con loro e in caso contrario dire di no.
- Sfidare il potere delle voci
- Riprendersi il potere sulle voci
- Identificare la relazione tra le voci e le emozioni e quello che all'uditore è accaduto nel passato
- Coinvolgere gli altri perché si ha bisogno di indicazioni, speranza, sostegno.
- Fare delle scelte: diventare responsabili di sé e delle proprie decisioni e trovare uno scopo nella vita.
- Vivere la propria vita non quella che ti impongono le voci
- Raggiungere un equilibrio tra il proprio io e le voci

L'ESPERIENZA DI ILEANA

Le voci avevano un tono molto arrabbiato, tanto da rendermi così mentalmente disturbata, che fui costretta a lasciare il lavoro. Però nel dolore non mi accorgevo che le voci mi stavano completamente cambiando: cominciarono a parlarmi di altruismo e generosità e, riflettendoci sopra, mi accorsi che non mi ero mai domandata cosa volessero mai dire questi termini. Chiesi a mia nonna che differenza c'era tra l'altruismo e la generosità e lei mi rispose così: "l'altruismo è dare agli altri senza rinunciare a se stessi, mentre la generosità è dare agli altri rinunciando a se stessi."

RUOLO DEL FACILITATORE

Il facilitatore, nel gruppo, diventa un collante per gli altri. Tutti sono facilitatori o lo possono essere, perché tutti sono ugualmente importanti all'interno di un mondo di relazioni che quotidianamente sono alla ricerca di risposte.

I facilitatori aiutano i partecipanti a interagire tra di loro, a parlare delle proprie esperienze e a rendere il clima il più possibile positivo attraverso il sostegno reciproco.

RIFLESSIONI DI UN FACILITATORE

- Con delicatezza ho provato a immaginarmi il mondo delle voci e la vita quotidiana delle persone che vivono questa situazione di disagio.
- Mi sono sentito rinforzato da questa esperienza con il desiderio di ascoltare e di sentire il calore delle parole, di conoscere e non giudicare i sentimenti e i pensieri delle persone vicine. Professionalmente e umanamente ho molto da comprendere e imparare da ciò che mi circonda, partendo dal rispetto per la dignità dell'altro.

L'OPERATORE CHE VORREI INCONTRARE

- capace di mettersi nei panni del paziente con professionalità
- capace di osservare e comprendere
- più disponibile e più accogliente,
- pronto ad alleggerirci dei problemi, alla buona, parla come mangia.
- rispettoso, gentile, semplice, comprensibile, flessibile cioè che sa adattarsi alle situazioni, non giudicante, imparziale.
- Attento all'ascolto, che trasmette sicurezza, "sento che l'operatore c'è"
- che conosce i limiti del proprio ruolo
- Che tiene aperta la speranza al cambiamento,
- "alla pari con noi", con pari dignità, meno pedagogista
- partecipe alla contrattualità
- non giudicante
- in collegamento con altre figure professionali
- garante: sa assumersi le proprie responsabilità
- comprensibile e chiaro



UNA CONDIZIONE UMANA

"La follia è una condizione umana.
In noi la follia esiste ed è presente come lo è la ragione.
*Il problema è che la società per dirsi civile dovrebbe accettare tanto la ragione quanto la follia, invece incarica una scienza, la psichiatria, per tradurre la **follia in malattia** allo scopo di eliminarla.*
Il manicomio ha quindi la sua ragion d'essere che è poi quella di far diventare l'irrazionale in razionale.
Quando qualcuno è folle ed entra in manicomio smette di essere folle per trasformarsi in malato.
Diventa razionale in quanto malato."

Franco Basaglia 1979