



AUTO MUTUO AIUTO

Una risorsa per la Comunità

Villa d'Almè, 17 novembre 2018 - 2 febbraio 2019.

L'auto mutuo aiuto è un approccio che parte dal basso e promuove la capacità del singolo individuo di attivare da sé il cambiamento, attraverso l'esperienza della condivisione con altre persone che hanno lo stesso disagio o la stessa sofferenza, e del reciproco sostegno. Perciò, il gruppo è il luogo di sviluppo naturale per la realizzazione di tale approccio.

Nel gruppo si trova uno spazio per conoscersi, confrontarsi, individuare modalità costruttive, in un clima di fiducia, rispetto e non giudizio.

L'approccio AMA, sostenuto dall'Organizzazione Mondiale della Sanità, ha dato numerosi risultati positivi per molteplici situazioni: alcolismo, dipendenze, depressione, attacchi di panico, disturbi dell'alimentazione, gioco patologico, lutto, depressione, separazione-divorzio, ecc.

La giornata di formazione è aperta a tutti coloro (professionisti e no), che vogliono approfondire la conoscenza di AMA, a tutti i membri dei gruppi che vogliono integrare la loro esperienza di gruppo con un apprendimento utile all'attivazione e facilitazione del gruppo. Si propone pertanto come base di partenza per attivare una rete di gruppi AMA.

Metodo di lavoro: lezione frontale, lavoro in piccoli gruppi, discussione in plenaria.

PROGRAMMA:

17 novembre 2018, ore 9-17,30

MATTINA (9-12)

°L'automutuoaiuto oggi: storia, significato, valore e potenzialità dei gruppi di automutuoaiuto per la persona, la famiglia e il territorio.

- Gruppi AMA: caratteristiche
- Lavoro in piccoli gruppi
- Discussione in plenaria
- Chiusura

Docente: Dr. **Andrea Noventa**, psicologo-psicoterapeuta, referente dell'area prevenzione del Serd di Bergamo. Si dedica da anni alla consulenza dei gruppi e alla formazione nell'automutuoaiuto; ha curato l'attivazione di numerosi gruppi.

POMERIGGIO (13,30-17,30)

°Gruppi AMA: metodologia dell'automutuoaiuto: funzioni, processi.
Come funziona un gruppo. Risorse e difficoltà del gruppo.

- Lavoro in piccoli gruppi
- Discussione in plenaria
- Chiusura

Dott. **Enrico Cazzaniga**, psicologo-psicoterapeuta, Monza-Milano.

Docente del Centro Milanese di Terapia della Famiglia e consulente dell'associazione AMA Milano-Monza-Brianza. Si dedica da anni alla consulenza dei gruppi e alla formazione nell'automutuoaiuto; ha curato l'attivazione di numerosi gruppi.

2 febbraio 2019, ore 9/17

MATTINA (9-12)

°Il facilitatore nei gruppi ama: caratteristiche, ruolo, funzione.

Approfondimento sulla giusta distanza nella relazione di aiuto.

- Lavoro in piccoli gruppi
- Discussione in plenaria
- Chiusura

Dott.ssa **Maria Coelli**, psicologa, formatrice e consulente dell'associazione AMA di Bergamo.

POMERIGGIO (13-17)

°Il processo di gemmazione dei gruppi: come gestire questa fase, risorse e difficoltà'.

- Lavoro in piccoli gruppi
- Discussione in plenaria
- Chiusura

Dott. **Enrico Cazzaniga**, psicologo-psicoterapeuta, Monza-Milano.

Docente del Centro Milanese di Terapia della Famiglia e consulente dell'associazione AMA Milano-Monza-Brianza. Si dedica da anni alla consulenza dei gruppi e alla formazione nell'automutuoaiuto; ha curato l'attivazione di numerosi gruppi.

Verrà rilasciato attestato di partecipazione.

CONTRIBUTO: 50€ per i soci AMA; 60 per i non soci.

Termine di iscrizione: entro e non oltre il 15 ottobre.

Per info: 3429235396 Paola (presidente) – 3384904569 Tiziana (vicepresidente)

**IL PAGAMENTO PUÒ ESSERE FATTA LA MATTINA STESSA DELLA FORMAZIONE
O TRAMITE BONIFICO: A.M.A. ASSOCIAZIONE AUTOMUTUOAIUTO BG C/C
00097007. IBAN: IT27V0311111101000000097007**