



## **PROGETTO DI AUTO MUTUO AIUTO - "ESPERTI PER ESPERIENZA"**

**Ciclo di 11 incontri tenuti dalla Dott.ssa Silvia Borsari , Psicologa e Psicoterapeuta cognitivo comportamentale**

**Sede: ex POLVERIERA , Via Terrachini 18, Reggio Emilia**

**1° incontro** - martedì 18.04.2017 dalle ore 20:00 alle 22:30

### **Accoglienza e Presentazioni : la figura del facilitatore sociale**

Accoglienza dei partecipanti, presentazioni, esposizione del programma del corso.

Raccolta delle aspettative sulla formazione/espressione dei bisogni.

La figura del FACILITATORE SOCIALE. Obiettivi-contenuti e metodologia - presentazione della figura e delle competenze necessarie, metodologie operative e aree di intervento - Perché Facilitatore Sociale? Confronto sulle motivazioni dei partecipanti ad impegnarsi nel ruolo - spazio di condivisione delle esperienze in gruppo.

**2° incontro** - giovedì 20.04.2017 dalle ore 20:00 alle 22:30

### **Elementi di comunicazione interpersonale**

Indicazioni teoriche e strumenti utili - La comunicazione interpersonale: canale verbale e non verbale - La prossemica e le implicazioni pratiche - La consulenza di base, la comunicazione nel gruppo.

**3° incontro** - giovedì 27.04.2017 dalle ore 20:00 alle 22:30

### **Empatia e ascolto attivo**

Empatia e Ascolto Attivo: principi e tecniche, guida all'ascolto dell'altro.

Individuazione dei bisogni e delle risorse della famiglia: resilienza familiare e disabilità.

**4° incontro** - giovedì 04.05.2017 dalle ore 20:00 alle 22:30

### **Le relazioni interpersonali: assertività e consapevolezza emotiva**

Comportamento assertivo-passivo-aggressivo, tendenze individuali e aree di miglioramento - implicazioni con le differenti tipologie di utenza - Verifichiamo quanto siamo assertivi

**5° incontro** - martedì 09.05.2017 dalle ore 20:00 alle 22:30

### **La relazione di aiuto**

La Relazione di aiuto: principi teorici, implicazioni emotive e difficoltà.

Consapevolezza del proprio vissuto emotivo. Riconoscimento e accoglienza delle emozioni nell'altro. Fotografia dei bisogni del singolo e della famiglia. Quali implicazioni a livello personale? I fondamenti dell'auto/mutuo aiuto caratteristiche e dinamiche nei gruppi.

**6° incontro** - giovedì 11.05.2017 dalle ore 20:00 alle 22:30

### **La rabbia e la gestione del conflitto**

Conflittualità. Gestione e contenimento della rabbia, raccolta delle esperienze personali e lavoro di gruppo. Strategie di risoluzione dei problemi.

**7° incontro** - martedì 16.05.2017 dalle ore 20:00 alle 22:30

### **Il colloquio motivazionale**

Riconoscimento delle risorse e potenzialità in sé e nell'altro: l'empowerment. Il colloquio motivazionale. Aspetti salienti, gestione della negazione e del rifiuto. Quali risorse.

**8° incontro** - giovedì 18.05.2017 dalle ore 20:00 alle 22:30

### **Incontriamoci**

Gestione del rapporto con il personale ospedaliero: il tema della privacy, quali ruoli, spazi e difficoltà: organizzazione, regole, norme e specificità di reparto. Quali possibilità e spazi di supporto nelle comunicazioni alle famiglie.

**9° incontro** - martedì 23.05.2017 dalle ore 20:00 alle 22:30

### **Famiglia, rete di supporto e comunità**

Favorire rapporti e la ricostruzione di relazioni nel contesto comunitario, contrastare la chiusura e l'isolamento. identità familiare e valorizzazione delle risorse del nucleo familiare. Credenze e ricerca di significato al verificarsi della disabilità. Strategie di supporto alla strutturazione di reti di vicinato e prossimità.

**10° incontro** - giovedì 25.05.2017 dalle ore 20:00 alle 22:30

### **Conclusioni e Testimonianze**

Spazio dedicato a due interventi di "esperti per esperienza" provenienti da realtà del territorio. Analisi dei bisogni al termine della formazione: riscontro rispetto alle aspettative.

**11° incontro** - martedì 06.06.2017 dalle ore 20:00 alle 22:30

### **Costruiamo una mappa dei servizi**

Costruzione di un vademecum e mappatura delle risorse e servizi disponibili sul territorio.

**CITÁ  
SEN—  
ZA BAR  
—RIERE  
REGGIO EMILIA**

UN LUOGO DI VITA

LA **POLVERIERA** 

NEL CUORE DI REGGIO EMILIA  
[www.lapolveriera.net](http://www.lapolveriera.net)