

per conoscere
le date e gli orari
degli incontri
puoi contattarci a :

Corinaldo:

2° e 4° giovedì del mese

dalle ore 19:00 alle 20:00

c/o Epicentro

Vicolo della Madonna in Piazza, n. 2

tel. **071 7976109**

Associazione di Volontariato



A.M.A.

gruppo di

Auto Mutuo Aiuto

si riunisce ogni ultimo martedì del mese

Associazione di Volontariato

"La Voce del Cuore"

e-mail: la.vocedelcuore@libero.it

Vicolo della Madonna in Piazza, 2—60013 Corinaldo (AN)

C.F. 92022190422

www.corinaldo.it/lavocedelcuore/

e-mail: la.vocedelcuore@libero.it

Un gruppo A.M.A. è un gruppo di Auto Mutuo Aiuto formato da persone che hanno in comune lo stesso obiettivo di crescita personale.

Il gruppo ha lo scopo di favorire l'incontro e lo scambio di esperienze tra persone che condividono la stessa condizione di essere genitore, offrendo un'occasione di confronto e di condivisione di difficoltà, dubbi, paure e gioie.

Nel gruppo ciascuno può trovare lo spazio per esprimersi e per ascoltare le vicende e le emozioni degli altri, diventa per tutti un utile sostegno, una fonte di arricchimento poiché al suo interno ciascuno diventa risorsa per gli altri.

I gruppi A.M.A. sono costituiti da un numero limitato di persone o famiglie (5-15) a cui si accede per libera scelta. I partecipanti al gruppo si incontrano per condividere un problema e per darsi sostegno reciproco.

I gruppi A.M.A. non offrono "terapie" nel senso tradizionale del termine ma sono "terapeutici" perché offrono occasioni di confronto in un clima amichevole e paritario per trarne stimoli di miglioramento e cambiamento.

All'interno dei gruppi A.M.A. ci sono "facilitatori" che favoriscono l'interazione tra i membri e rendono il clima il più possibile accogliente e costruttivo.

I nostri "facilitatori" :

Dott.ssa Mara Magnani, Psicologa

Dott.ssa Chiara Vici, Psicologa

- *Puntualità e regolarità nella frequenza,*
- ***Discrezione e segretezza***
(tutto quello che verrà detto deve rimanere all'interno del gruppo e soprattutto ciò che non riguarda sé stessi)
- *Auto-responsabilità*
(ognuno è responsabile per sé stesso, per quello che fa e dice)
- *Ascolto empatico*
- *Parlare in prima persona*
- *Rivolgersi all'altro direttamente*
- *Limitarsi alla comunicazione delle proprie esperienze*
- ***Non giudicare l'altro***
- *Aiutarsi reciprocamente a trovare ciascuno una posizione-soluzione personale.*

***REGOLE GENERALI
alla base del gruppo***