



A.N.I.P.I.
Regione Veneto Onlus

PERCORSO FORMATIVO ANIPI 2012-2013

Dare forma all'Emozione

*Imparare ad usare Immagini e Parole per affrontare
le difficoltà e trasformare le esperienze emotive in
risorse di benessere e di salute*



*"La tenerezza e la gentilezza non sono segni di debolezza e disperazione, ma
manifestazioni di forza."*

(Kahlil Gibran, 1883-1931)

RELAZIONI PARTECIPANTI

RELAZIONE 1

Il percorso di quest'anno mi ha aiutata ad acquisire consapevolezza di tanti meccanismi messi in atto inconsciamente e che hanno inciso sulla mia storia.

Di conseguenza ho potuto trovare nuove strategie per prendermi cura di me stessa ed affrontare i miei stati d'ansia.

In questo mi è stato di grande aiuto il confronto con il gruppo.

Qui non sono mancati anche momenti distensivi, nei quali ci siamo letteralmente "messi in gioco" con le nostre emozioni e i nostri ricordi.

Particolarmente prezioso è stato poi il percorso individuale con lo psicologo, che mi ha consentito di affrontare una fase abbastanza critica della mia malattia con sufficiente serenità.

Ringrazio tutte le persone che hanno condiviso questo tratto di strada, ed in particolare chi nel direttivo si fa in quattro per portare avanti l' ANIPI con tenacia e grinta!!

RELAZIONE 2

Ho vissuto in profondità i momenti di confronto e dialogo durante le serate dedicate al progetto "dare forma all'emozione" soprattutto quando il rapporto era di interscambio con gli altri amici pazienti, con i quali aumenta sempre più la sintonia e l'empatia.

Mi auguro che l'esperienza possa continuare sviluppando altri temi simili aumentando la coesione del gruppo e ampliandone il numero dei partecipanti.

RELAZIONE 3

Nonostante io sia riuscita a partecipare poco, ho trovato il progetto molto interessante. E' per me sempre un motivo di crescita personale e di acquisizione di "strumenti di vita" riuscire ad approfondire nel gruppo queste tematiche con la presenza del psicologo.

RELAZIONE 4

Il percorso formativo svolto quest'anno mi ha aiutato ad apprendere qualcosa di più di me stessa e ha così potenziato la qualità delle relazioni intra e inter personali. Molto interessanti e "stimolanti" i lavori interattivi.

RELAZIONE 5

Negli incontri di quest'anno ho imparato molto ad "ascoltare" sia la mente sia il cuore e, questo mi ha portato ad un insieme di sensazioni ed emozioni che hanno attivato una maggiore presa di coscienza sulla mia persona, permettendomi su alcune cose un cambiamento nel profondo, aiutandomi a trasformare anche le esperienze negative in qualcosa di positivo.

RELAZIONE 6

Da un discorso di un film del 1940, ancora attuale, un mondo sognato da Chaplin per un tempo ancora indefinito:

"...La macchina dell'abbondanza ci ha dato povertà, la scienza ci ha trasformato in cinici, l'abilità ci ha reso duri e cattivi. Pensiamo troppo e sentiamo poco. Più che macchine ci serve umanità, più che abilità ci servono bontà e gentilezza. Senza queste qualità la vita è vuota e violenta e tutto è perduto...Soldati! Non cedete a dei bruti...uomini senza anima che vi condizionano, vi trattano come bestie! Uomini macchine con macchine al posto del cervello e del cuore. Ma voi non siete macchine! Voi non siete bestie! Siete uomini! Voi portate l'amore dell'umanità nel cuore. Voi non odiate. Coloro che odiano sono solo quelli che non hanno l'amore altrui...Ricordate che nel Vangelo di Luca è scritto: il Regno di Dio è nel cuore dell'Uomo". (Charlie Chaplin)

Ho rubato una parte del discorso di cui sopra perché è ancora attuale, in quel periodo era scoppiata la seconda guerra mondiale, ma quelle parole mi hanno emozionato e possono valere per tutti noi in ogni nostro nuovo giorno, in famiglia, nel lavoro ora come ora in situazione molto critica e rischiosa di ledere i diritti umani specialmente di chi soffre ed è in disagio, con gli amici veri o presunti, nella società civile sorda che corre dietro alle luccicanti pagine patinate di giornali vuoti e senz'anima.

Le nostre Emozioni sono messe dunque ogni giorno alla prova, e dare loro la forma giusta che sviluppi risorse di benessere e di salute è stato e sarà uno dei nostri scopi. Con l'augurio che l'hanno prossimo cercheremo assieme ulteriori forme per raggiungere il nostro e altrui benessere, ringrazio gli amici dell' ANIPI che partecipano al gruppo di auto-mutuo-aiuto e anche quelli che pur non partecipando ci sostengono.

Un caloroso saluto.

Simone

RELAZIONE 7

Il percorso formativo di quest'anno, per me è stato più stimolante di quello dell'anno precedente. In particolare, mi ha insegnato a dare più spazio ed a gestire meglio le mie emozioni e le relazioni con gli altri. Un grazie a tutti!