

“Ripartire dal Fondo”

XV Convegno Nazionale Gruppi Auto Mutuo Aiuto per l'elaborazione del lutto

31 marzo – 2 aprile Santuario di Oropa (BI)

La perdita di una persona cara è un momento di grande sofferenza nella vita di ciascuno e quanto più profondo è stato l'investimento affettivo in questa persona tanto più risulta difficile rialzarsi e riprendere le redini della propria vita.

La scomparsa di una persona segna l'esistenza dei membri della comunità di cui la stessa faceva parte. La venuta meno dei legami e delle relazioni configura un percorso di dolore e di sofferenza: il lutto, un evento critico che condiziona l'esistenza umana, in tutte le sue esplicazioni.

Superare tale periodo, risulta tanto più faticoso quanto più ne è difficile la sua comprensione ed integrazione nella vita quotidiana. La maggiore difficoltà coincide con l'assenza di istruzioni che permettano di affrontare e rielaborare la perdita e la sofferenza che ne conseguono.

Un intervento specifico di sostegno al lutto è dato dai Gruppi di Auto Mutuo Aiuto, grazie ai quali le persone vengono invitate ad aprirsi a condividere con coloro che hanno vissuto analoghe esperienze di dolore, per elaborare ciò che l'assenza delle parole e la mancanza delle relazioni ha compromesso.

Dal **31 marzo al 2 aprile** a Biella nella splendida cornice del **Santuario di Oropa**, il **Fondo Edo Tempia** e il **Coordinamento Nazionale dei Gruppi di Auto Mutuo Aiuto Lutto** con la collaborazione dell'**Asl di Biella** organizzano il convegno *“Ripartire dal Fondo”*.

Il convegno si aprirà il venerdì pomeriggio con la presentazione del coordinamento nazionale, un intervento su “Consapevolezza e senso della vita, la visione laica e quella religiosa”, che vedrà il confronto tra una figura laica e due religiose (il Canonico Don Roberto Lunardi e il Lama buddista Paljin Tulku Rinpoce). La serata si chiuderà con la pièce teatrale “22” di Rodolfo Bisatti interpretata da Laura Pellizzari sul tema della perdita di un figlio.

La mattina seguente si riprenderà con importanti tematiche quali le riflessioni sul fine vita, il lutto anticipatorio, il suicidio; il pomeriggio sarà invece dedicato ai gruppi tematici e la giornata si concluderà con la cena di gala e la musica e le parole di Emiliano Toso.

Nella giornata conclusiva si parlerà di storytelling e si assisterà ad una dimostrazione di Qi Gong e Tai Chi a cura dell'insegnante Natalina Bassetto con la scuola “Tartaruga di Giada”.

Per informazioni e iscrizioni:

convegnoamalutto@mondoemozioni.com

In allegato flyer e locandina

Che cosa sono i gruppi AMA

In Italia i Gruppi di Auto Mutuo Aiuto fanno ormai parte del contesto sociale: grazie ai benefici gratuiti elargiti, tra i quali il supporto emotivo e quello sociale, le persone riescono a superare la solitudine e la sofferenza causate dalla perdita affettiva.

Il gruppo diviene una “scuola”, dove le intuizioni diventano lezioni, le lacrime si trasformano in parole, le parole in azioni e le azioni in progetto di vita, per trasformare e superare il dolore, e dove per affrontare il lutto, non vi è un'unica strada, ma tanti percorsi diversi, quanti i lutti che le persone stanno affrontando.

Agli incontri è presente la figura del facilitatore, il cui ruolo ed identità dipende dal contesto dei partecipanti al gruppo, ma la cui funzione è quella di attivare il gruppo stesso di auto mutuo aiuto.

I valori dell'Auto-Mutuo-Aiuto:

- **il legame:** nel Gruppo si è coinvolti in prima persona con la propria esperienza e ci si ascolta attivamente.
- **la fiducia:** ognuno può esprimere liberamente sentimenti ed emozioni in un clima di ascolto e di solidarietà, senza essere giudicati. Ogni partecipante deve avere e dare certezza che ciò che è detto nel Gruppo non sarà divulgato;
- **il rispetto:** nel Gruppo si manifestano pluralità di vissuti e di vedute, tutte egualmente legittime e da rispettare.

Obiettivi dei Gruppi:

- offrire ai partecipanti occasioni per condividere il dolore, sentimenti e difficoltà dopo la perdita;
- favorire l'ascolto di altre persone in lutto, perché nasca solidarietà, sostegno reciproco e speranza;
- imparare ad "addomesticare" il dolore, individuando modalità per gestire sofferenza e solitudine;
- integrare nel presente la ferita del passato, per affrontare il futuro mettendo a disposizione di altri la propria sensibilità ed esperienza.

I possibili benefici

- non essere soli: altri hanno difficoltà simili;
- parità: tutti sono sullo stesso piano rispetto alla perdita; ognuno porta il proprio e specifico dolore;
- sviluppo di relazioni significative;
- scambio di informazioni: sui modi di affrontare la sofferenza e ciò che segue la perdita di una persona cara;
- confronto: raccontarsi e, soprattutto, ascoltare gli altri arricchisce ed educa alla diversità.