GRUPPI INCONTRO GESTIONE ANSIA



**REGOLE**

Il gruppo rappresenta uno spazio importante di contenimento, crescita e miglioramento individuale e collettivo. Al fine di creare un atmosfera protetta, calda e rassicurante all’ interno della quale i membri possono parlare di se e dei loro vissuti, senza sentirsi minacciati o giudicati è essenziale che vi siano delle regole a cui attenersi. Tali regole non sono limitazioni o obblighi rigidi, ma azioni protettive e di tutela per il benessere psico-fisico dei singoli partecipanti e della vita del gruppo stesso. Il rispetto delle stesse non comporta particolari competenze o eccessi di impegno, in quanto molto hanno a che fare con l’ applicazione pratica del “concetto del buonsenso” e della profezia “non fare agli altri ciò che non vorresti fosse fatto a te”.

 Rispettarle è essenziale per il bene del singolo membro e per quello degli altri “compagni di viaggio”, la mancata adesione comporta l’uscita dal gruppo.

Brevemente vediamo quali sono queste regole:

REGOLE DENTRO IL GRUPPO

* Non ci si parla sopra, si aspetta che chi sta parlando abbia concluso e poi possiamo intervenire
* Cerchiamo di non giudicare, interpretare il vissuto dell’altro, ma ascoltiamolo e domandiamoci…..Come si lente lui? E io?
* Ognuno è libero di essere se stesso e di dire ciò che vuole….anche stare in silenzio se vuole. La rabbia è ben accolta, i gesti aggressivi e violenti no.
* Stare molto attenti al patto di confidenzialità: una volta fuori per rispetto del gruppo e dei suoi membri non si parla di ciò che ci siamo detti o è emerso all’ interno del gruppo.
* Il gruppo incentiva il supporto e la vicinanza umana ma è bene astenersi dall’ avere rapporti sessuali tra i partecipanti.
* Nel gruppo si tengono cellulari spenti…le telefonate si fanno dopo, fuori
* In bagno si va prima, non nelle due ore di gruppo, salvo rari casi di incontinenza
* Il gruppo inizia alle 21:00, è preferibile che si arrivi 10-15 minuti prima per andare in bagno, chiaccherare con i presenti, prendere posto o fumarsi una sigaretta.
* Per chi è in ritardo, possiamo essere flessibili per 5-10 minuti dall’apertura del gruppo, tempi più lunghi comportano che la persona rimane fuori dal gruppo, per rispetto dei membri
* Chiunque non possa venire al gruppo è pregato di farlo sapere ed avvisare Giusy o altri membri.
* E’ importante che tutti i partecipanti possano sentirsi a loro agio all’ interno del gruppo. Necessità e bisogni dei membri del gruppo possono essere discusse e vagliate all’ interno del gruppo stesso.

Dr Giusy Incardona

GRUPPI INCONTRO GESTIONE ANSIA



**ESSERE IN UN GRUPPO……LA MOTIVAZIONE**

Siete in un gruppo d’incontro….per incontrare gli altri, ma soprattutto voi stessi. Il gruppo è un importante esperienza che può dare molto se gestito adeguatamente e se la motivazione dei partecipanti ha livelli accettabili. La motivazione a partecipare ad un gruppo e a rimanervi è essenziale.

* Sei davvero motivato-a a procedere in questa avventura e sei consapevole delle difficoltà che inevitabilmente incontreremo?
* Cercherai di portare a termine il percorso?
* Riesci a impegnarti a parlare quando finisce un altro e a non parlargli sopra?
* Puoi avere o almeno provare ad avere una comunicazione più assertiva, autentica invece che passiva o aggressiva?
* Riesci a parlare di te, dei tuoi vissuti e delle tue esperienze in gruppo?
* Sei in grado di provare empatia e condivisione per vissuti e le storie degli altri?
* Se il clima è amichevole, protettivo e supportivo puoi dare spazio a emozioni e sensazioni tue?
* Cosa ti aspetti dal gruppo?
* Dai suoi partecipanti?
* Dal conduttore?

Grazie.

Se le tue affermazioni sono positive, e le tue aspettative realistiche bè…..BENVENUTA!....possiamo partire

Dr Giusy Incardona

**SCHEDA ADESIONE**

GRUPPI INCONTRO GESTIONE ANSIA



NOME­­­­­­­­­­­­\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

COGNOME\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

INDIRIZZO \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_CAP\_\_\_\_\_\_\_\_\_

CITTA’\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_PROVINCIA

RECAPITO TELEFONICO\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

MAIL\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

ANNOTAZIONI\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_­­­­­­­­­­­­­­­­­­­

GRUPPI INCONTRO GESTIONE ANSIA

MAGGIO-GIUGNO 2013

**CONTRATTO**

Signor/Signora\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Nato/a\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ il \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Residente a \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Via \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Tel. \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**Benvenuta nel Gruppo d’incontro Ansia** . In questo documento troverà alcune informazioni essenziali. E’ pregata di leggerle e di mettere la sua firma alla fine del documento per indicare che Lei ne è a conoscenza.

**Lunghezza e frequenza del gruppo**. Il gruppo si compone di 8 incontri, da realizzarsi a cadenza settimanale, di due ore ciascuno. La frequenza è bimensile.

**Confidenzialità.** Le informazioni che Lei condivide con me e con il gruppo saranno considerate strettamente confidenziali e non saranno rese pubbliche senza il Suo consenso. Per legge la confidenzialità non può essere garantita in situazioni che mettono a repentaglio la Sua incolumità o quella altrui, o in presenza di situazioni in cui sono in pericolo dei bambini come in caso di abuso fisico, sessuale, o trascuratezza. Nel caso di eventuale pubblicazione di dati che La riguardano, le informazioni saranno camuffate in modo tale da non rendere possibile l’individuazione della Sua identità ricorrendo anche all’uso di uno pseudonimo. La stessa procedura sarà adottata nell’eventualità che il Suo caso sia sottoposto a discussione o supervisione. Il trattamento dei Suoi dati personali è regolamentato ai sensi del D. Lgs: N.196 del 30 giugno 2003 sulla Privacy.

**Pagamenti e cancellazioni**. Il costo per ogni singolo incontro è pari a euro 20, per un totale di 160 euro, da pagare o ogni volta che accede all’incontro o metà all’inizio (80 euro) e la restante parte alla fine. Per il rispetto generale è opportuno avvisare in caso si sia impossibilitati a venire.

**Telefonate e Contatti di Emergenza**. Se ne ha bisogno, non esiti a contattarmi tramite il numero 329-9877520 Se io non posso risponderle mi sarà recapitato il messaggio. Di solito richiamo in giornata.

**Libertà di Ritirarsi.** Lei ha il diritto di uscire dal gruppo in qualsiasi momento lo ritenga opportuno.

**Consenso Informato.** Ho letto e compreso le informazioni precedenti. Ho avuto l’opportunità di ricevere chiarimenti a riguardo e voglio intraprendere un percorso di Gruppo d’Incontro, condotto dalla Dr Giusy Incardona.

Data \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

 Firma Cliente \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_