

# Gruppi di sostegno psicologico rivolti ai pazienti

**lunedì, martedì e giovedì ore 14,30/16**



A cura di:

## Paola Bertolotti

*Psicologa e psicoterapeuta, lavora a Brescia come libera professionista in clinica e psicoterapia individuale e di gruppo.*

*Socio dell'Aidap, associazione per i Disturbi Alimentari di Verona.*

*Autrice di pubblicazioni relative alla psiconcologia.*

*Ha costruito e definito metodologie di lavoro trasmissibili di conduzione dei Gruppi di Sostegno psicologico per donne colpite dal cancro ed è corresponsabile delle attività di Ricerca e Formazione dell'Associazione.*

*Vice direttore della rivista Attive.*

*Collabora con Attivecomeprima dal 1991.*

## Stefano Gastaldi

*Psicologo e psicoterapeuta, responsabile scientifico di Attivecomeprima, socio dell'Istituto Minotauro di Milano, docente della scuola di psicoterapia A.R.P.A.D-Minotauro e membro del Comitato Etico dell'Istituto Europeo di Oncologia di Milano.*

*Si occupa prevalentemente di contesti di crisi dovuti a traumi, come nel caso di malattie gravi (il cancro, l'AIDS, l'handicap ecc...) e ad aspetti evolutivi (l'adolescenza, le transizioni d'età, l'invecchiamento).*

*Responsabile di ricerca e consulente formatore di Enti pubblici e privati, è esperto nella ricerca in campo sociale e sociosanitario, nella formazione dei gruppi di lavoro ed ha svolto per molti anni la supervisione di équipe istituzionali e sanitarie.*

*È autore di pubblicazioni relative all'adolescenza, agli interventi psicologici a scuola, alla prevenzione dell'AIDS al counseling in campo oncologico, e agli interventi integrati nel sostegno ai soggetti con handicap o svantaggio sociale.*

*Collabora con Attivecomeprima dal 1981 e in Associazione conduce il gruppo della Terapia degli Affetti.*

Elena Bertolina,  
Isabel Garcia Cruz,  
Marina Negri,  
Lucia Totaro

*Fiduciarie\* (vedi info su Tesoro Nascosto)*

**ATTIVE**  
ATTIVECOMEPRIMA ONLUS

I nostri gruppi di sostegno psicologico sono stati strutturati a partire dagli anni '80 per rispondere ai bisogni comunemente espressi dalle decine di migliaia di pazienti e famigliari incontrati. Seguono una metodologia specifica affinata ed evoluta nel corso del tempo e sono costantemente monitorati attraverso test specifici.

### Riprogettiamo l'esistenza

8 incontri a cadenza settimanale. È la prima tappa del percorso.

Lo scopo è quello di fornire un contenitore dove poter esprimere il più liberamente possibile, emozioni e vissuti legati all'esperienza della malattia; di aiutare ad affrontare la paura della sofferenza, la paura del domani, la paura della morte.

Sollecitate dalla lettura di un testo appositamente costruito, si avvia un cammino a ritroso verso i primi momenti dell'esperienza, con la consapevolezza di non essere sole, e di poter affrontare anche aspetti dolorosi della propria esistenza che l'incontro con il cancro ha fatto emergere.

Tutto questo porta, gradualmente, a spostare l'attenzione dalla malattia, a distaccarsi da essa, a dare un significato più accettabile a quanto è successo e a considerare l'evento non più come un punto finale della propria vita ma una opportunità per darle un significato nuovo.

### Decido di vivere

8 incontri a cadenza settimanale. È la seconda tappa del percorso.

Trovato il coraggio, nella fase precedente, di guardare in faccia la paura della sofferenza e della morte, sempre guidate dalla lettura di un testo, ci si impegna a dedicare le energie alla vita, a sé stesse e tutto questo al di là di quanto è accaduto, o proprio perché è accaduto, ad accettare il cambiamento che la malattia, necessariamente, impone. Più aumenta l'autostima e la capacità di accettare gli eventi, più si allontanano i fantasmi legati all'idea della malattia e della morte. Prende corpo il desiderio di fare chiarezza dentro di sé e di ristabilire le priorità dei valori che alla luce della sofferenza sono mutati.

Indipendentemente da ciò che potrà accadere domani, si valorizza l'oggi.

### La terapia degli affetti.

20 incontri a cadenza settimanale. È la terza tappa del percorso.

Nella Terapia degli Affetti il problema focale non è tanto la malattia, ma la necessità di riorganizzare, in modo più graduale e pacifico, le emozioni già emerse ed accolte nei gruppi precedenti.

Si impara gradualmente a riconoscere i propri stili affettivi e il loro collegamento con gli affetti profondi che guidano le nostre scelte di vita, anche quelle che ci hanno fatto o ci fanno soffrire.

Si impara anche che il cambiamento non è un rifiuto di quel che siamo stati, ma un ampliamento di ciò che siamo e che possiamo diventare.

Via Livigno, 3. 20158 Milano  
Tel. 02 688 96 47  
Fax. 02 688 78 98  
e-mail: [segreteria@attive.org](mailto:segreteria@attive.org)  
[www.attive.org](http://www.attive.org)

**Associazione fondata nel 1973 a sostegno globale delle persone colpite dal cancro.**