

Come aiutare i caregiver di bambini vittime di esperienze traumatiche

Vietata la riproduzione e la diffusione

Marinella MALACREA

**Materiali compilati
durante le sedute di gruppo
Genitori naturali**

REGOLE PER IL GRUPPO

Puntualità

Riservatezza

Impegno nella partecipazione

Atteggiamento non valutativo nei confronti degli
altri

Spegnere i cellulari

Raccontarsi quando lo si desidera

Tenere conto delle emozioni degli altri

**SE NON CAPISCO COME
FUNZIONO IO, COME
POSSO AIUTARE MIA
FIGLIA?**

**A NOI DUE,
'MINISTRONE'!**

!!

IL MINISTRONE

STRESS ATTUALI

MIA MAMMA IN OSPEDALE

MIO MAURO

TROPPE COSE DA FARE

- **IL RICORDO DI INFELICITA' PASSATE** (nome in codice)

- 1 LA MORTE DI MIO PAPA'
- 2 IL TRASFERIMENTO
- 3

- **IL RICORDO DELL'ABUSO** (l'immagine più brutta)

- 1 SARA IN CASA CON LO ZIO
- 2 LA FACCIA DI SARA AL RITORNO
- 3 LO A CASA CON LE ALTRE MIE BIRBE

IL MINISTRONE

QUANTE VOLTE	- MAI
SI FORMA IL	- QV
'MINISTRONE'	- MV X
NELLA MIA VITA?	- QS

PER ESEMPIO ? QUANDO MI RILASSO, INIZIO A PENSARE
AGLI STRESS ATTUALI ED ECCO PRONTO IL MINISTRONE

E NELL'ULTIMO	- MAI
MESE ?	- QV
	- MV X
	- QS

PER ESEMPIO ? LEI QUANDO MI HA CHIAMATO LA
SORELLA

IL

COPING

ATTIVO-SOCIALE

NOME:

amalia

.....

"NON È FACILE
UTILIZZARE IL
COPING ATTIVO -
SOCIALE,
MA CI RIESCO GIÀ,
perché
MI APPARTIENE!"

COME REAGISCO?

• MAI QV MV QS



X

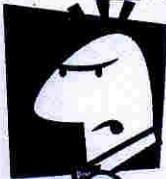
X

X

X

E tua figlia come reagisce?

• MAI QV MV QS



X

X

X

X

IL COPING ATTIVO-SOCIALE

Mi sembra di avere un coping attivo-sociale quando...

- 1. REAGISCO DOPO AVER VALUTATO LA
- 2. SITUAZIONE
- 3. _____

Gli aspetti di me che mi aiutano ad avere un coping attivo-sociale sono...

- 1. PARLARE CON SINCERITÀ
- 2. _____
- 3. _____

Le relazioni che mi aiutano ad avere un coping attivo-sociale sono con...

- 1. ELENA
- 2. MIO MARITO
- 3. I MIEI SUOCERI

NOME: FANNY ~~XXXXXXXXXX~~

NON È FACILE

ESSERE COME

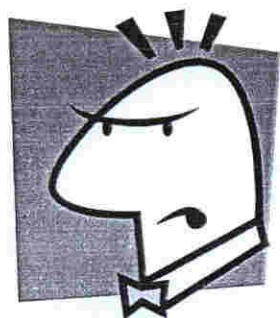
GERDA!

...RICORDI?

MA CI RIESCI GIÀ,
IL COMPORTAMENTO DI
GERDA SI CHIAMA
"COPING ATTIVO-
SOCIALE"



SCACCIA GLI ALTRI
SISTEMI: NATURALI, MA
CHE NON TI SERVONO A
NIENTE...



Arrabbiato



Depresso



Evitante

IL COPING ATTIVO-SOCIALE

Mi sembra di avere un coping attivo-sociale quando...

- 1. PRERAR
- 2. _____
- 3. _____

Gli aspetti di me che mi aiutano ad avere un coping attivo-sociale sono...

- 1. SAVER CHE NO STOI NOLA
- 2. CHU DIOS E' UECIMO A ME
- 3. _____

Le relazioni che mi aiutano ad avere un coping attivo-sociale sono con...

- 1. SOY COMUNICATIVO
- 2. _____
- 3. _____

Non sempre è facile avere un coping attivo-sociale,
Che cosa mi rende difficile utilizzarlo?

DE COANDO O VIUIDO ESTA BRUTA, ESPERIENCIA
CON IL PADRE DE MIO ~~ELIE~~ FIGLIO NO PUEDO
CON FIAR PIÙ EN NINGUN HOMBE.

Fanny

RICORDARE E DIMENTICARE

CAPITANO DA SOLI

DURANO TUTTA LA VITA

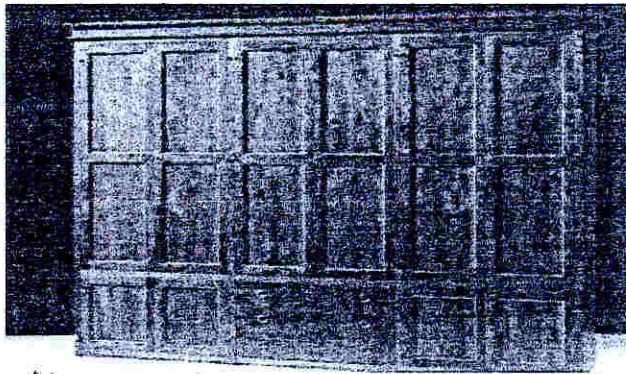
SERVONO AMBEDUE

Importante è ciò che ne facciamo....

Sappiamo bene che queste parole sono cariche di emozioni. Ma vediamole anche da un punto di vista **PRATICO E OPERATIVO**:

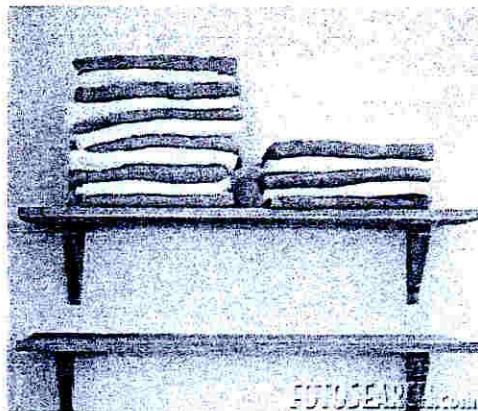
- quello che si può 'archiviare' (al momento non serve...)
- quello che va tenuto a portata di mano (al momento serve...)

Chiudo nell'armadio ~~buttando via~~...



La Paura - La Rabbia - Le Disperazioni

Conservo su una mensola...



*Vigilanza
Attenzione - Positivo - Debito - Ascolto - Azione - Decisione - Coraggio*

Fiducia - Intuizione - Volontà - Determinazione

RICORDARE E DIMENTICARE

CAPITANO DA SOLI

DURANO TUTTA LA VITA

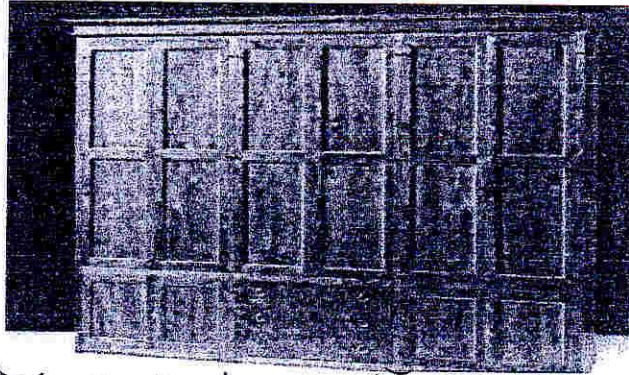
SERVONO AMBEDUE

Importante è ciò che ne facciamo....

Sappiamo bene che queste parole sono cariche di emozioni. Ma vediamole anche da un punto di vista PRATICO E OPERATIVO:

- quello che si può 'archiviare' (al momento non serve...)
- quello che va tenuto a portata di mano (al momento serve...)

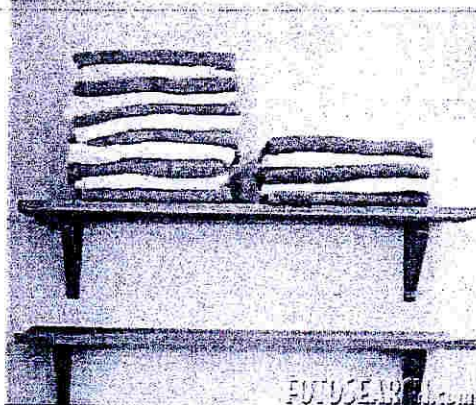
Chiude nell'armadio buttando via la chiave...



L'ANGOSCIA DI QUANDO MI È STATO DETTO CHE
CHE ERA SUCCESSO, ~~LA MIA VITA DI PARLARE~~
~~LA MIA VITA~~ E LO STARE LÌ CHE
AVEVANO PASSATO GLI ANNI IN CUI SUCCEDOVA

Conservo in una mentola...

PER TUTTA
LA FAMIGLIA



IL MODO DI VEDERE E CERARE DI CAPIRE SE
~~PER~~ C'È QUALCOSA CHE NON VA E NON DARSI
PER VIVERE FINE CHE NON SI È TROVATO

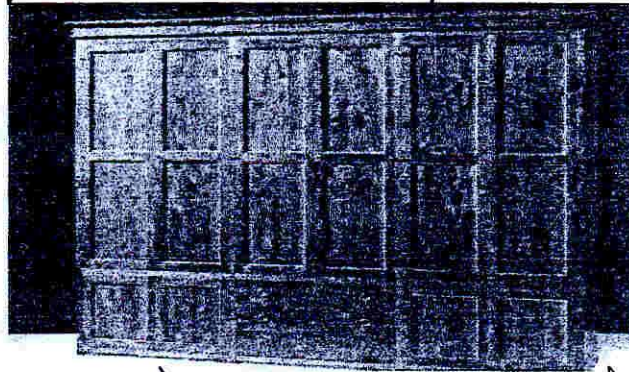
RICORDARE E DIMENTICARE**CAPITANO DA SOLI****DURANO TUTTA LA VITA****SERVONO AMBEDUE**

Importante è ciò che ne facciamo....

Sappiamo bene che queste parole sono cariche di emozioni. Ma vediamole anche da un punto di vista PRATICO E OPERATIVO:

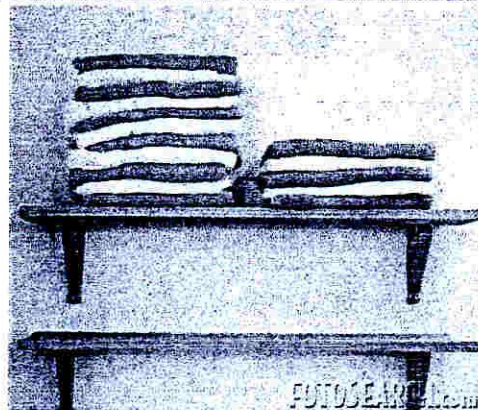
- quello che si può 'archiviare' (al momento non serve...)
- quello che va tenuto a portata di mano (al momento serve...)

Chiudo nell'armadio ~~battendo via la chiave~~.



- la paura (per me e per i miei bambini)
- il mio passato di bambina abusata per conservare quei momenti belli
- il buio delle depressioni

Conservo su una mensola...



- l'esperienza
- l'ascolto
- la condivisione del vissuto con gli altri
- la giustizia (impedire agli invidiosi di vivere)

RICORDARE E DIMENTICARE

CAPITANO DA SOLI

DURANO TUTTA LA VITA

SERVONO AMBEDUE

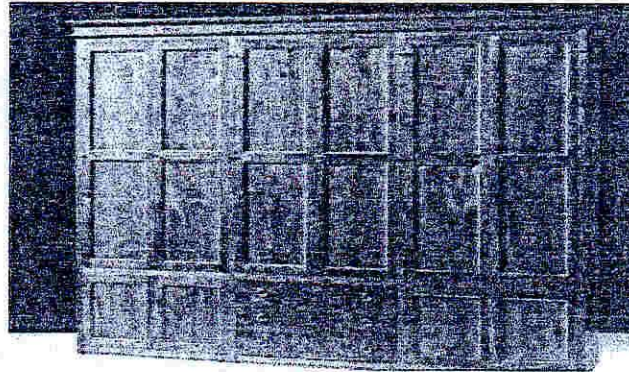
Importante è ciò che ne facciamo....

Md di
Vincenzo

Sappiamo bene che queste parole sono cariche di emozioni. Ma vediamole anche da un punto di vista PRATICO E OPERATIVO:

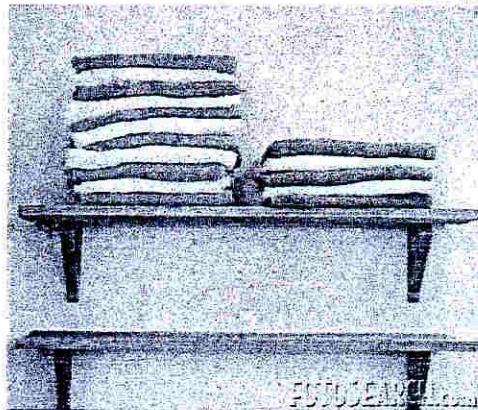
- quello che si può 'archiviare' (al momento non serve...)
- quello che va tenuto a portata di mano (al momento serve...)

Chiudo nell'armadio buttando via la chiave...



MIA PAURA. PESIERO, NEGATIVI COME LA MIA
IN SEGUENZA. DEMONSTRAR ALLA ARTERIA DIESSE RE
DI SEMPRE PER MIO FIGLIO.

Conservo su una mensola...



LE COSE POSITIVA CHE ME AIUDAM A STAR MIA GENTE
SAPER CHE NON STO SOLA CHE SEMPRE POSSO
CHIEDER AYUTA.

RICORDARE E DIMENTICARE

CAPITANO DA SOLI

DURANO TUTTA LA VITA

SERVONO AMBEDUE

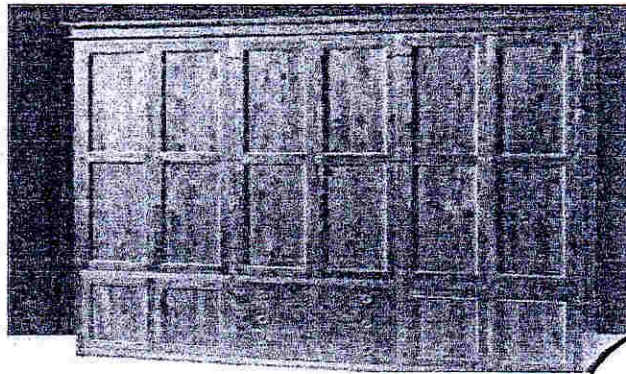
**Pd di
Michele**

Importante è ciò che ne facciamo....

Sappiamo bene che queste parole sono cariche di emozioni. Ma vediamo anche da un punto di vista PRATICO E OPERATIVO:

- quello che si può 'archiviare' (al momento non serve...)
- quello che va tenuto a portata di mano (al momento serve...)

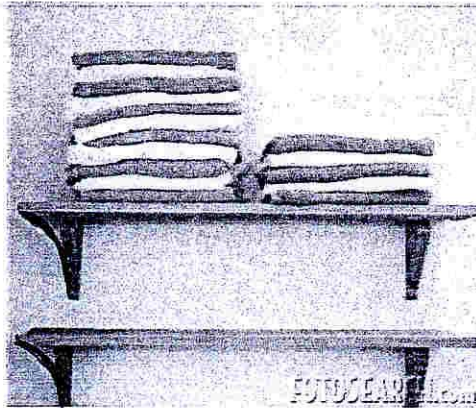
Chiudo nell'armadio buttando via la chiave...



GLI ASILI DI BRESCIA - I PRETI DI BRESCIA - GLI INCUBI NOTTURNI DI MICHELE

LA PAURA IMMOTIVATA - LA RABBIA ISTERICA

Conservo su una mensola...



FOTUSEARCH.com

* I MOMENTI INSIEME PER RICOSTRUIRE LA FIDUCIA

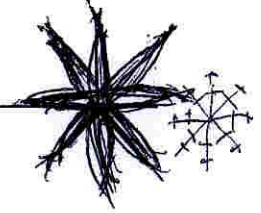
* LE ESPERIENZE POSITIVE - IL CLIMA DI 'INTIMITA' E DI DIALOGO

GUARDARE TUO FIGLIO CON OCCHI NUOVI

LA REGINA DELLA NEVE

Pd di

Michele



Dai un nome (o più nomi) all'emozione che senti alla fine della favola

Affetto, tristezza, rabbia, speranza

Kay e Gerda non ci sono estranei:
Scrivi il primo pensiero che ti suscita Kay

Prigioniero, immobilizzato

Scrivi il primo pensiero che ti suscita Gerda

Forza, Affetto, compassione

Md di

Dai un nome (o più nomi) all'emozione che senti alla fine della favola

Tanta commozione,

forte, paura, pienezza: qualcuno che non posso
completare, mi sorprende.

Kay e Gerda non ci sono estranei:

Scrivi il primo pensiero che ti suscita Kay

È qualcuno da ritrovare, da cercare, da incontrare di nuovo.
È una parte del mio cuore.

Scrivi il primo pensiero che ti suscita Gerda

Mi sono identificate con lei, mi è molto piaciuta
e me forte, il mio raccontare, raccontare, e me
come "miscelare". Con lei ho comunicato in fretta
come, provata paura e con "tremore" mi sono
addentrate nel grande gelo e freddo per incontrare
e' questo Kay.

MD DI GIOELE

l'emozione che senti alla fine della favola

Kay e Gerda non ci sono estranei:

Scrivi il primo pensiero che ti suscita Kay

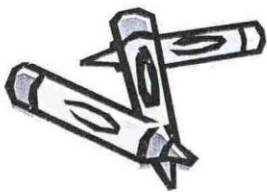
Che si è lasciato prendere dalla bellezza e dalle
apparenze, avendo un cuore e un occhio di
ghiaccio x cui bisogna superare e guardare in
modi diversi

Scrivi il primo pensiero che ti suscita Gerda

Che ~~solo~~ se ~~potrebbe~~ ^{può} agire con il cuore
può risolvere tante situazioni e che
a volte progredire anche piangendo*
sempre amore e fare meglio
* ossia attenuando i sentimenti parlando con
gli altri

"Non è l'esperienza di oggi a portarci alla disperazione, bensì il rimorso o l'amarezza per quanto è successo ieri e il terrore per ciò che potrebbe portare l'indomani."

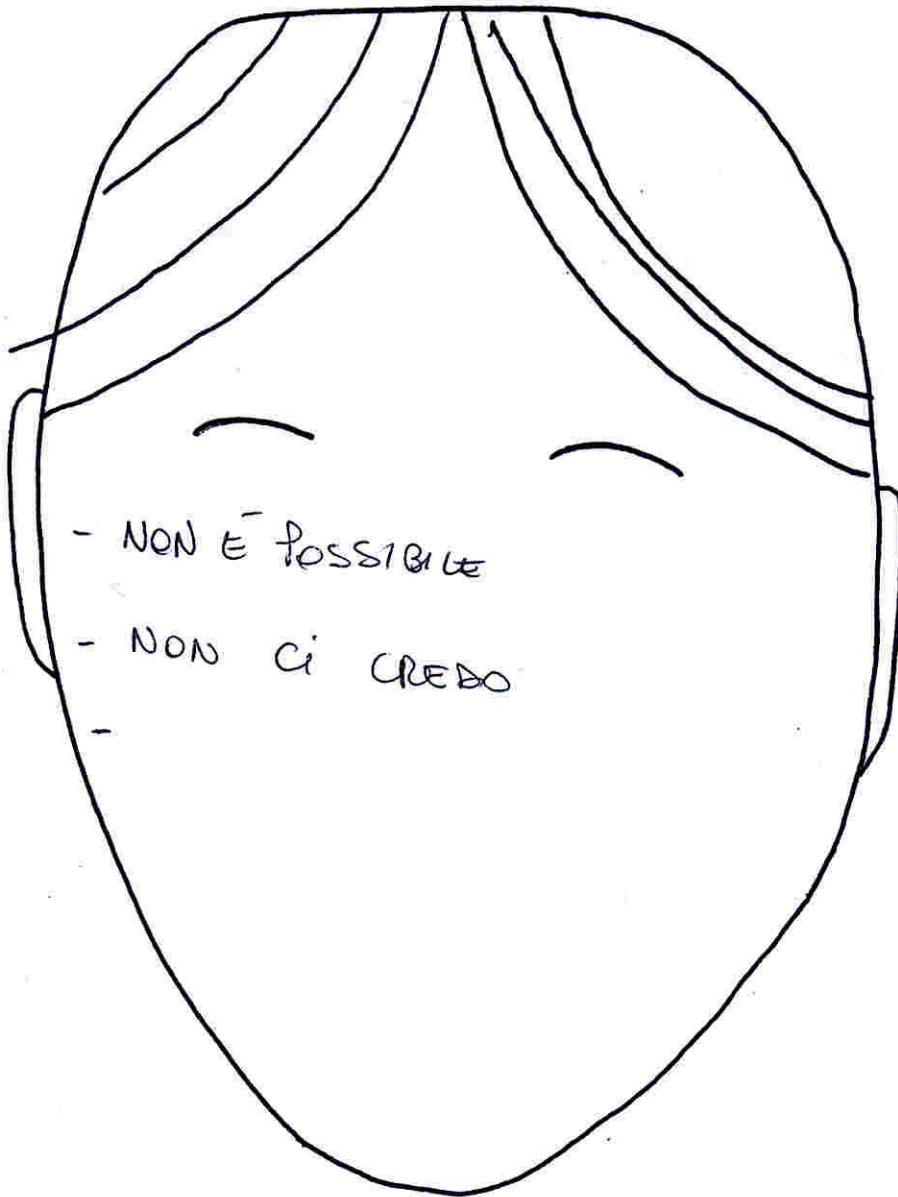
(Karen Marie Christa Minns)



IL LIBRO DI
QUANDO
HO SAPUTO...

DI: ANA LIA MATEA DI SARA

QUANDO HO SAPUTO CHE MIA FIGLIA ERA STATA
ABUSATA, HO PENSATO NELLA MIA TESTA...

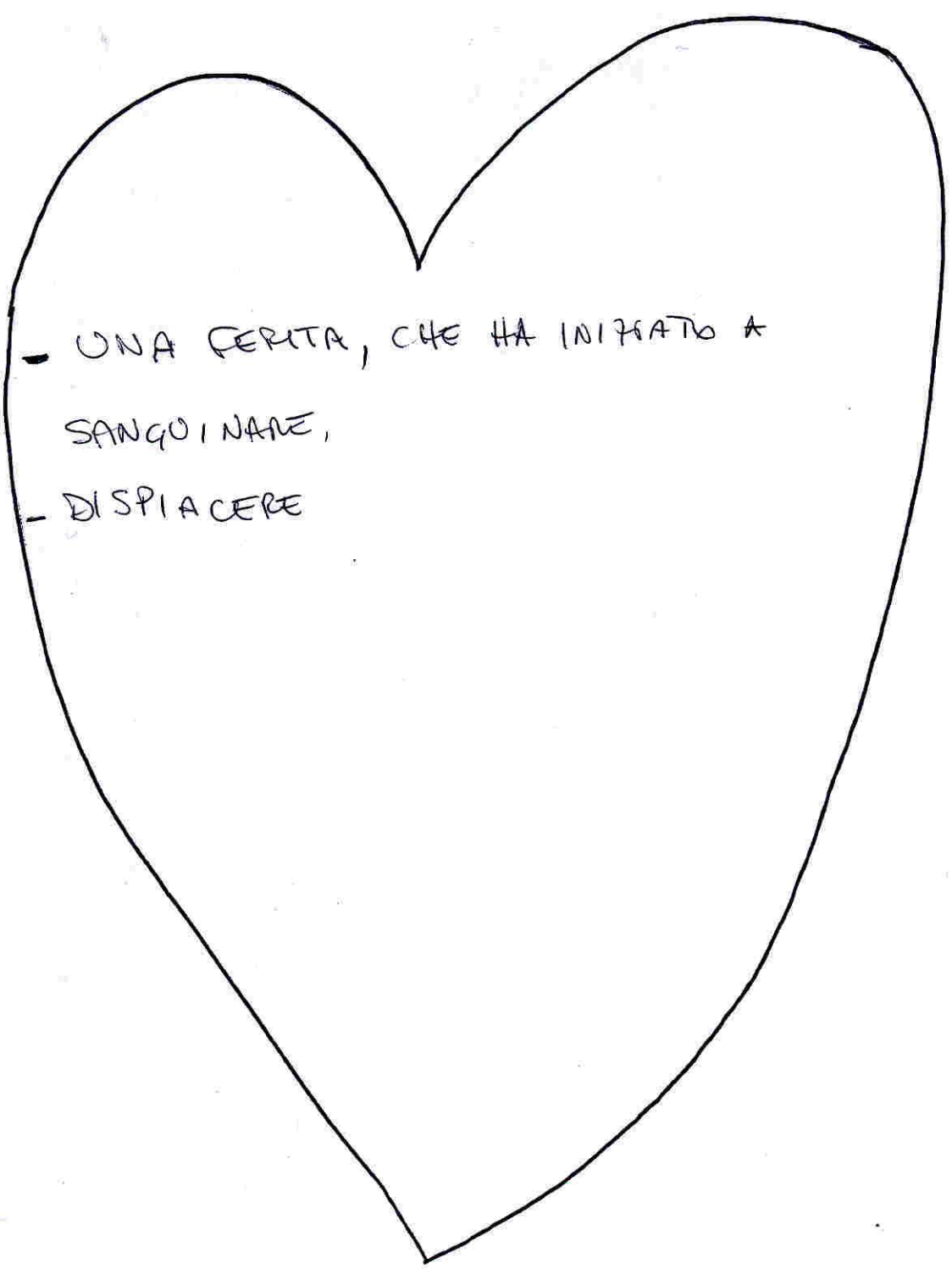


- NON È POSSIBILE


- NON CI CREDO

-

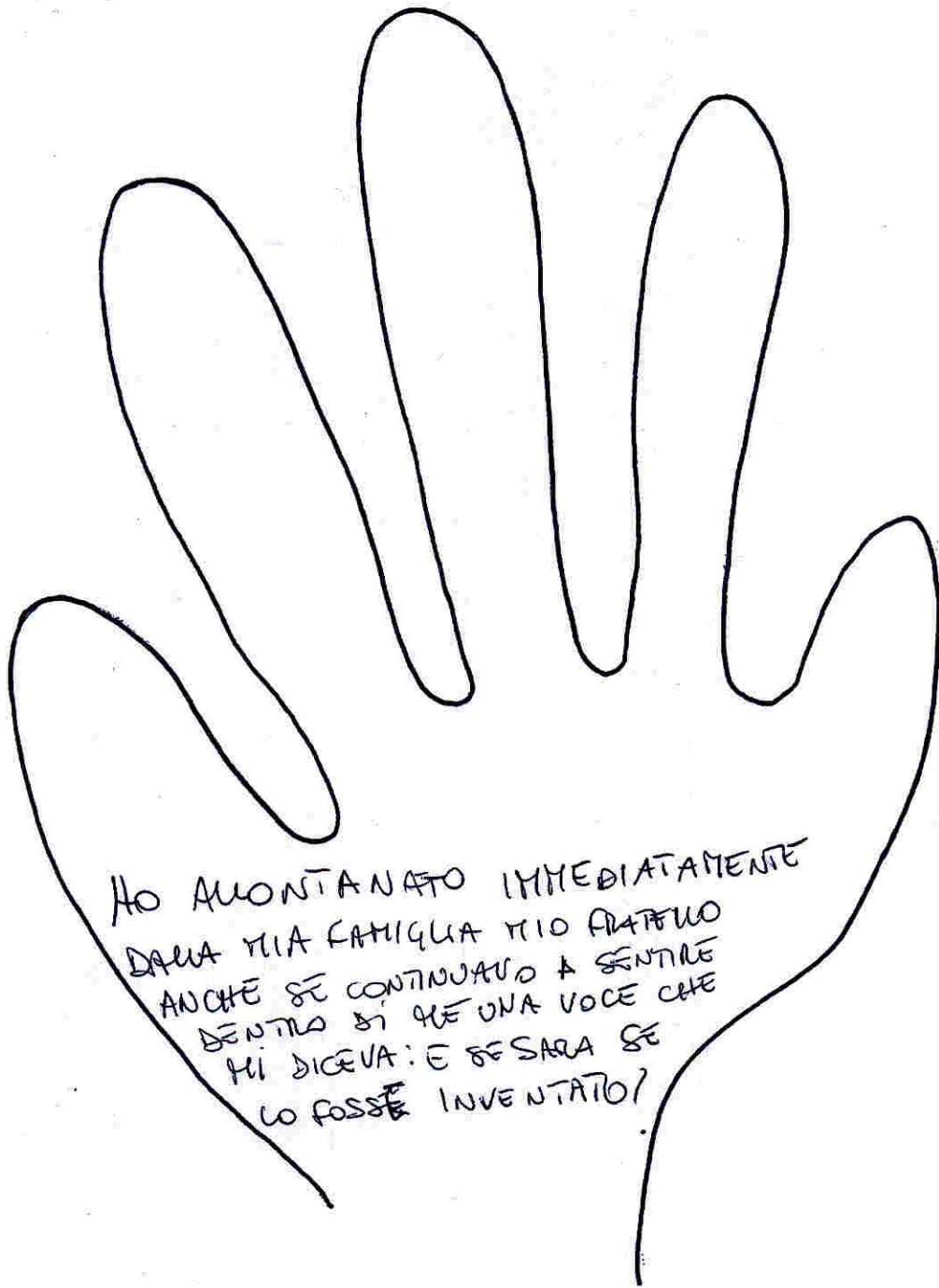
HO SENTITO NEL CUORE...

- 
- UNA FERITA, CHE HA INIZIATO A SANGUINARE,
 - DISPIACERE

LE SENSAZIONI NEL MIO CORPO ERANO...


- 
- IL BATTITO DEL CUORE CHE NON RUSCIVO
A CONTROLLARE
- IL RESPIRO AFFANNO SO
MI TRANCAVA L'ARIA
- TREMAVO

E CIO' CHE HO FATTO E' STATO...

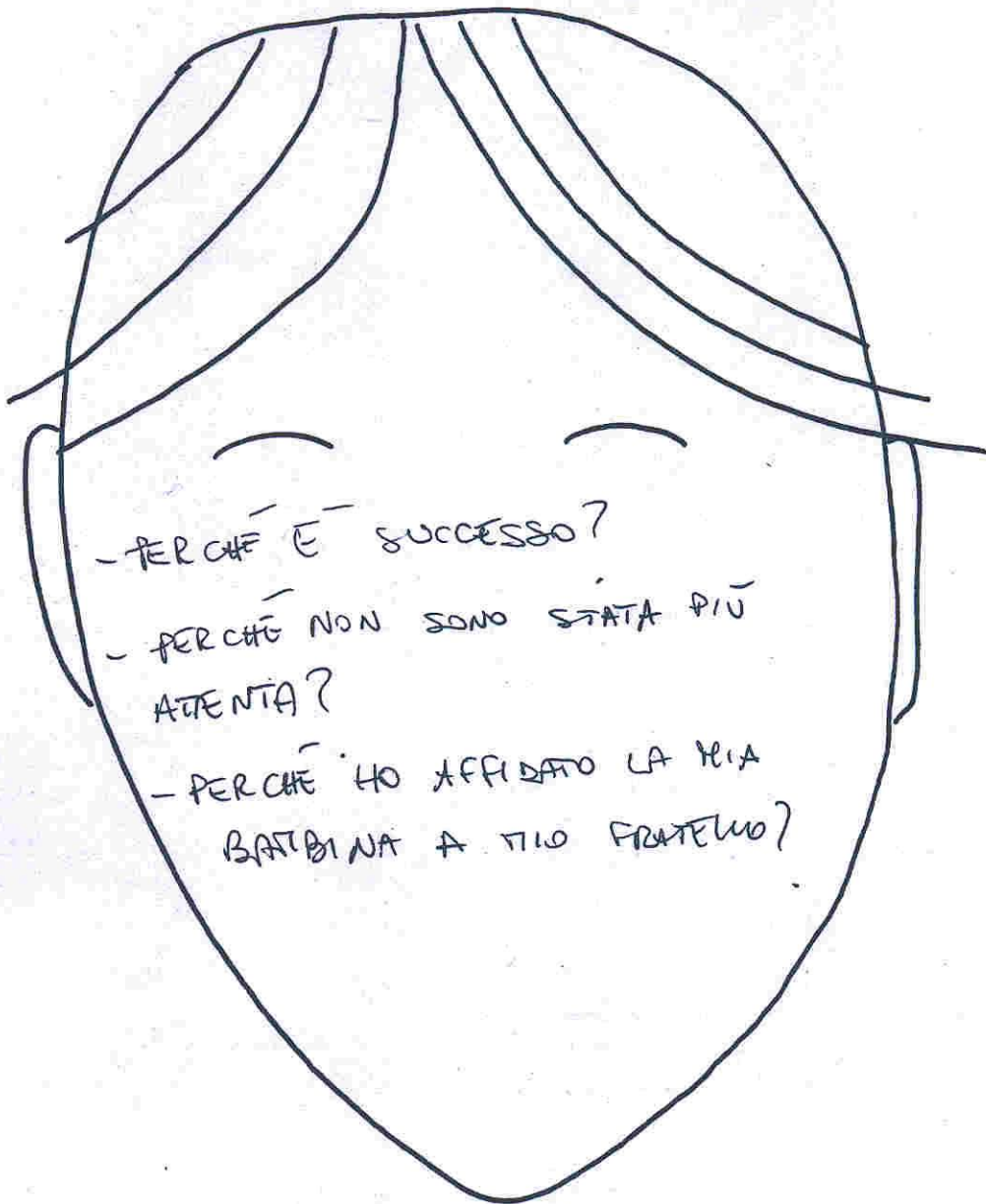


HO ALLONTANATO IMMEDIATAMENTE
DALLA MIA FAMIGLIA MIO FRATELLO
ANCHE SE CONTINUAVO A SENTIRE
DENTRO DI ME UNA VOCE CHE
MI DICEVA: E SE SARA SE
LO FOSSE INVENTATO?

QUELLO CHE MI HA AIUTATO A STARE MEGLIO E' STATO...

- 
- L'APPROCCIO DELLA TERAPISTA
 - CHE QUELLO CHE AVEVI FATTO E CHE STAVO FACENDO LO FACEVO PER SARA,

QUANDO MI TORNA IN MENTE ADESSO, PENSO NELLA
MIA TESTA....



- PERCHÉ È SUCCESSO?

- PERCHÉ NON SONO STATA PIÙ
ATTENTA?

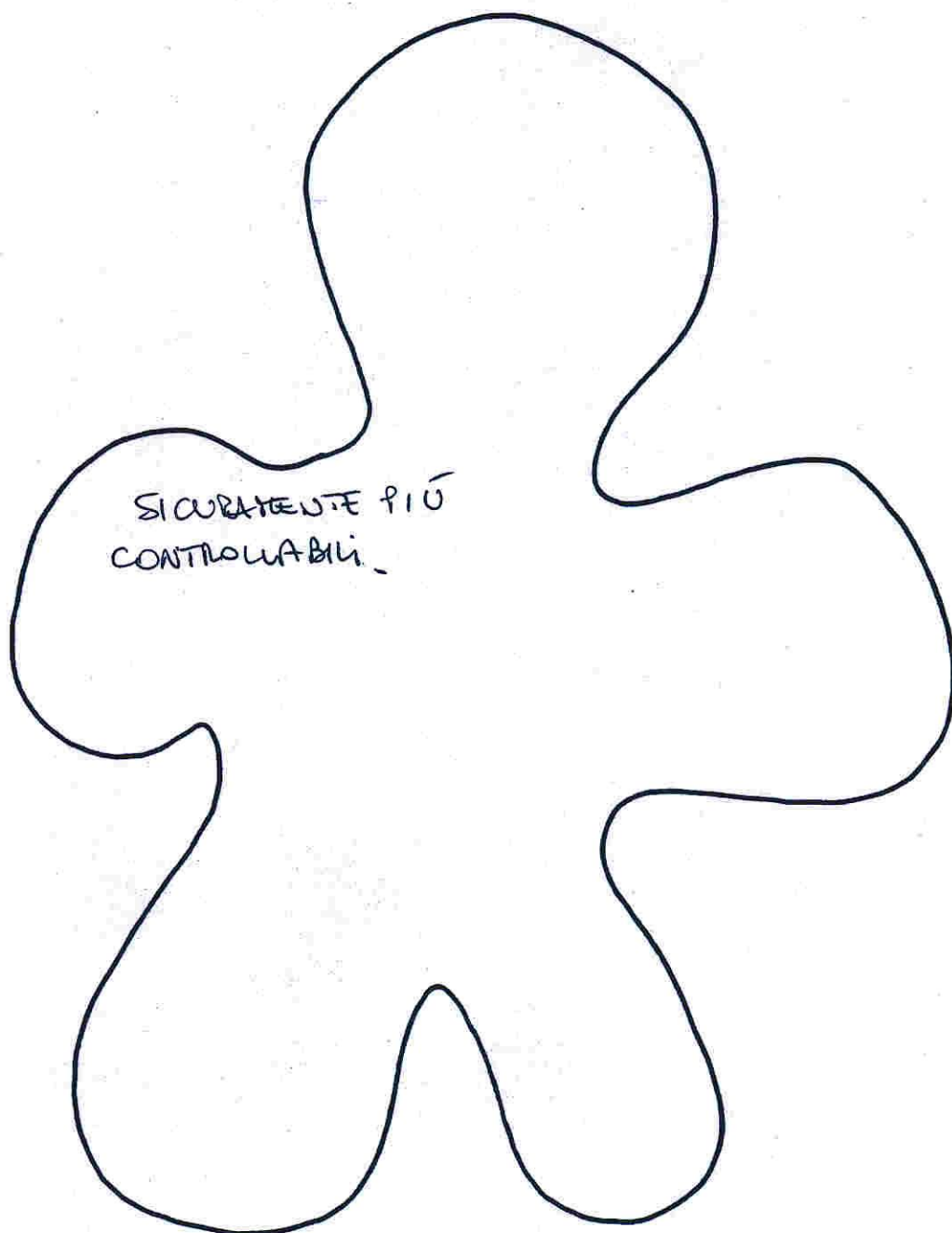
- PERCHÉ HO AFFIDATO LA MIA
BAMBINA A TUO FRATELLO?

SENTO NEL CUORE...

- UN PROFONDO DOLORE.

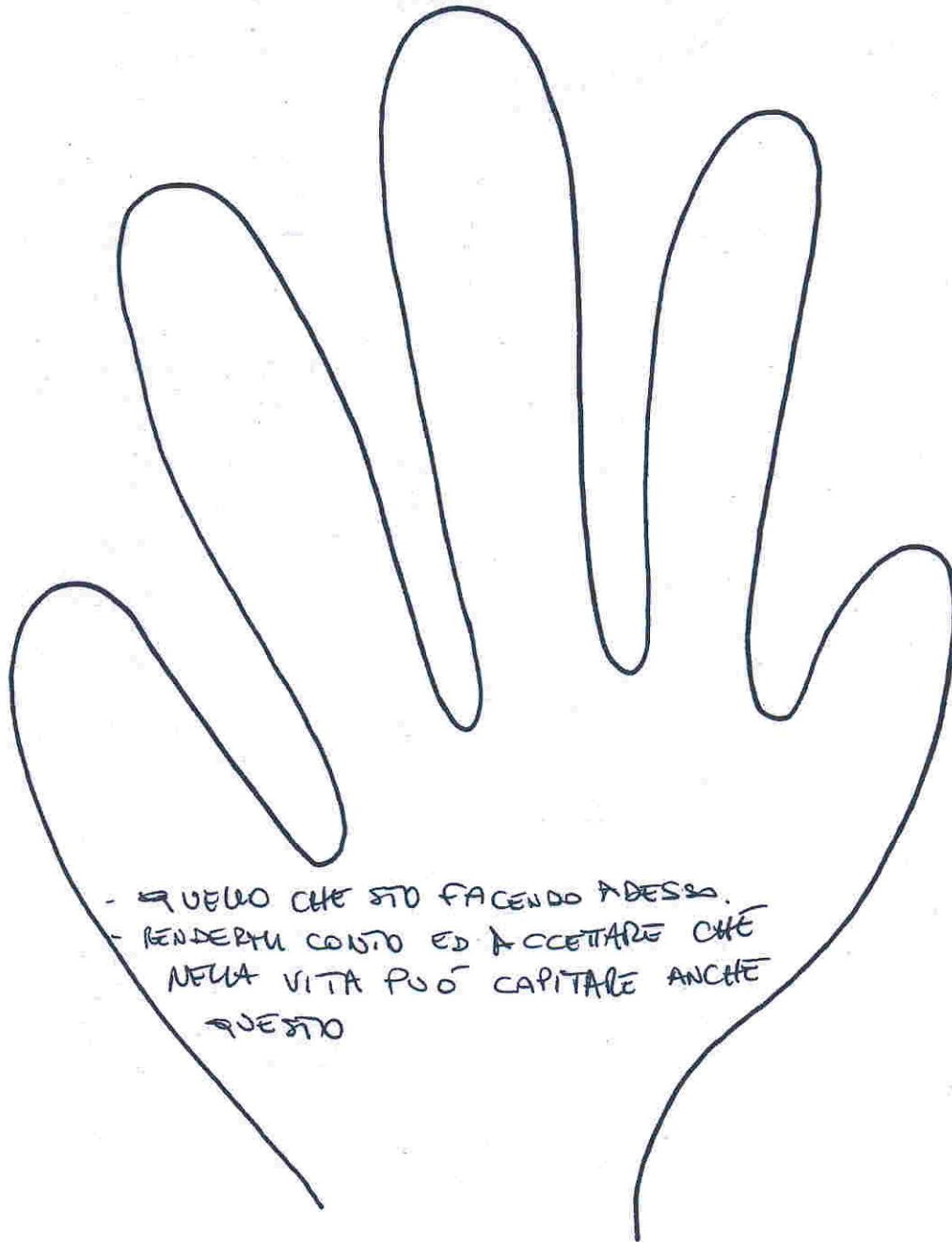
MA SENTO ANCHE CHE LA FERITA SI STA
CHIUDENDO

LE SENSAZIONI NEL MIO CORPO SONO...




SICURAMENTE PIÙ
CONTROLLABILI.

COSA MI SEMBRA IMPORTANTE FARE ...



- QUELLO CHE STO FACENDO ADESSO.
- RENDERTI CONTO ED ACCETTARE CHE
NELLA VITA PUÒ CAPITARE ANCHE
QUESTO

COSA MI AIUTA A STARE MEGLIO...



L'AVER CAPITO DA PARTE DI SARA
CHE È STATA PROTETTA DAI SUOI GENITORI

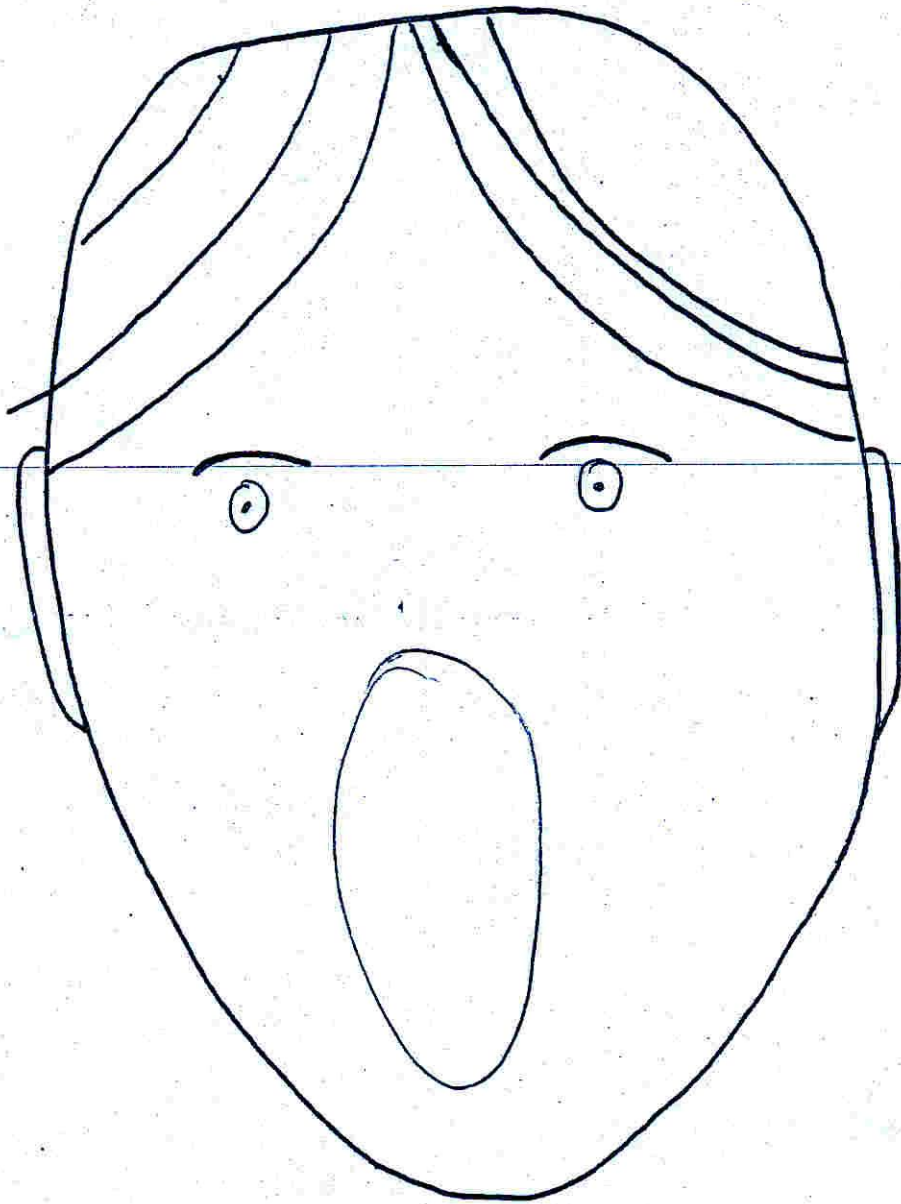
IL LIBRO DI

QUANDO

HO SAPUTO...

DI: AUGUSTO

QUANDO HO SAPUTO CHE MIA FIGLIA ERA STATO
ABUSATO, HO PENSATO NELLA MIA TESTA...



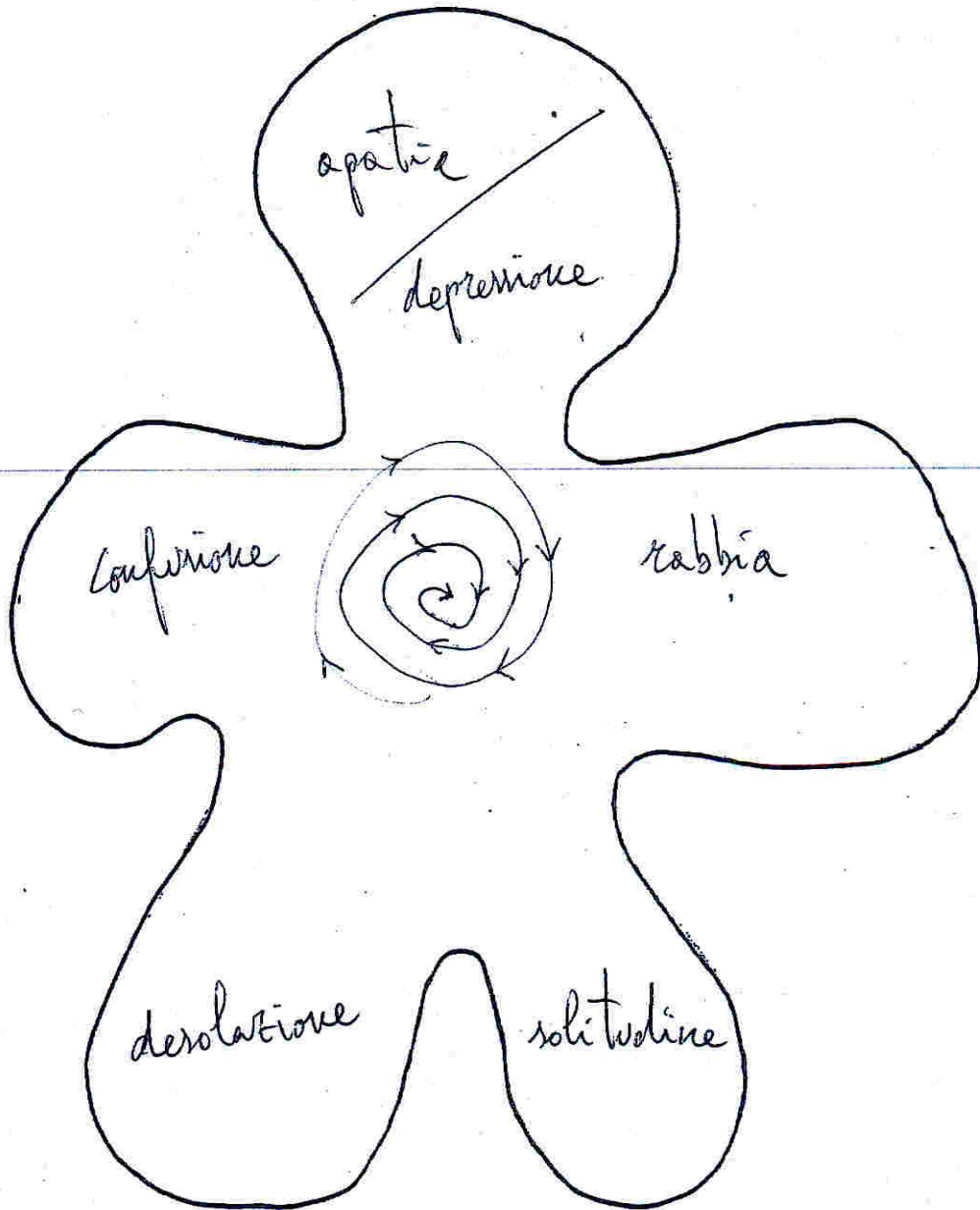
Me l'hanno rivelato - Spero non sia stato più di una volta -
che ~~vetivo~~ non capisce i suoi messaggi indiretti -
Non valgo niente come genitore - Chissà come farà a superare
il trauma che ha subito -

HO SENTITO NEL CUORE...

Un petto è morto. Non saprò più assaporare
i sentimenti come prima.

Maì più dare fiducia a qualcuno.

LE SENSAZIONI NEL MIO CORPO ERANO...



E CIO' CHE HO FATTO E' STATO...

denunciare i fatti raccontati da
mio figlio alla polizia

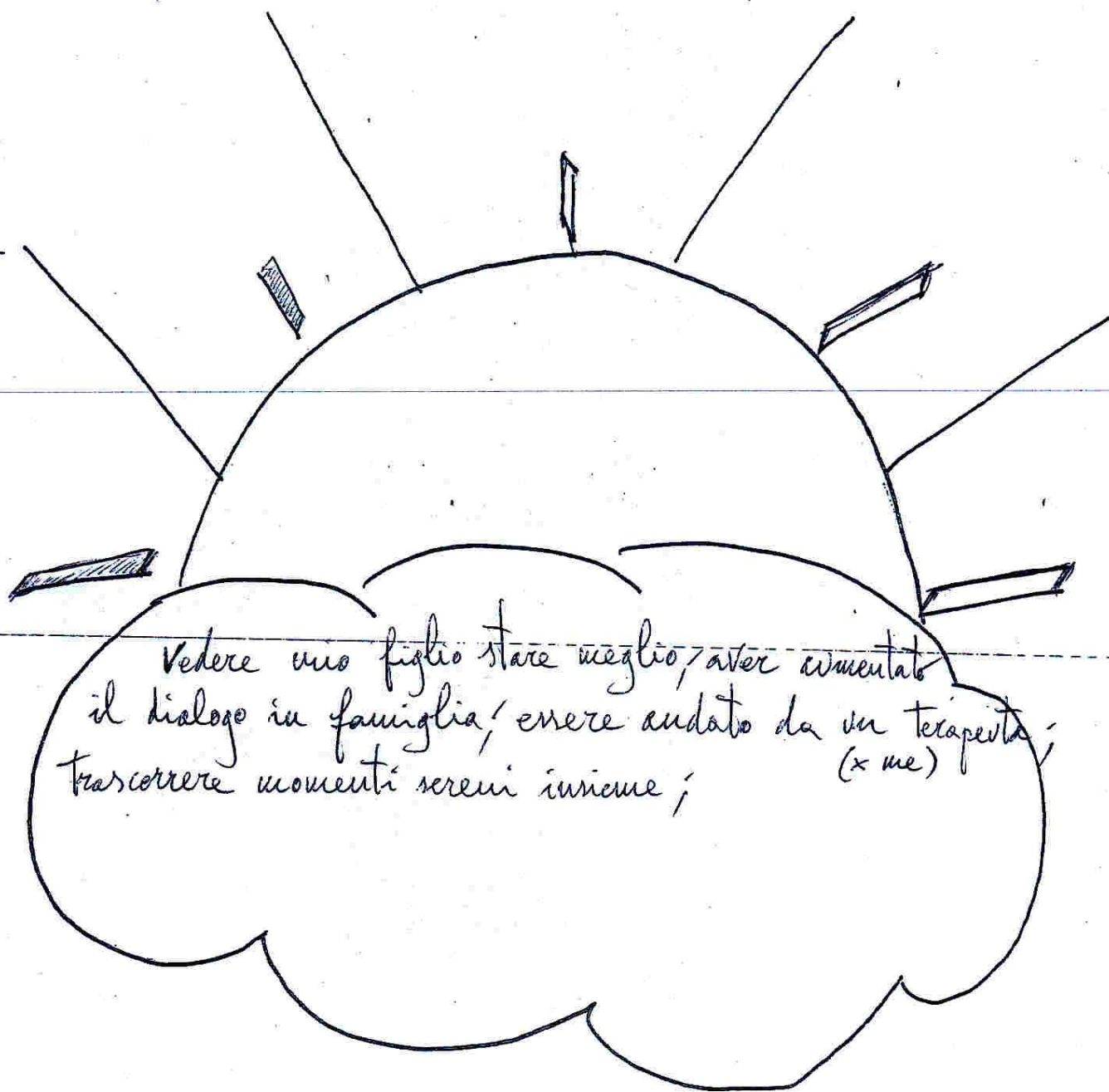
chiusare la famiglia al mondo
esterno, erigere una barriera

evitare il dialogo e
la complicità effettiva con una moglie

Evitare di vivere
una vita vicina ai figli

fare il "figlio"
psicoterapie al
bambino, alla coppia, a me

QUELLO CHE MI HA AIUTATO A STARE MEGLIO E' STATO...

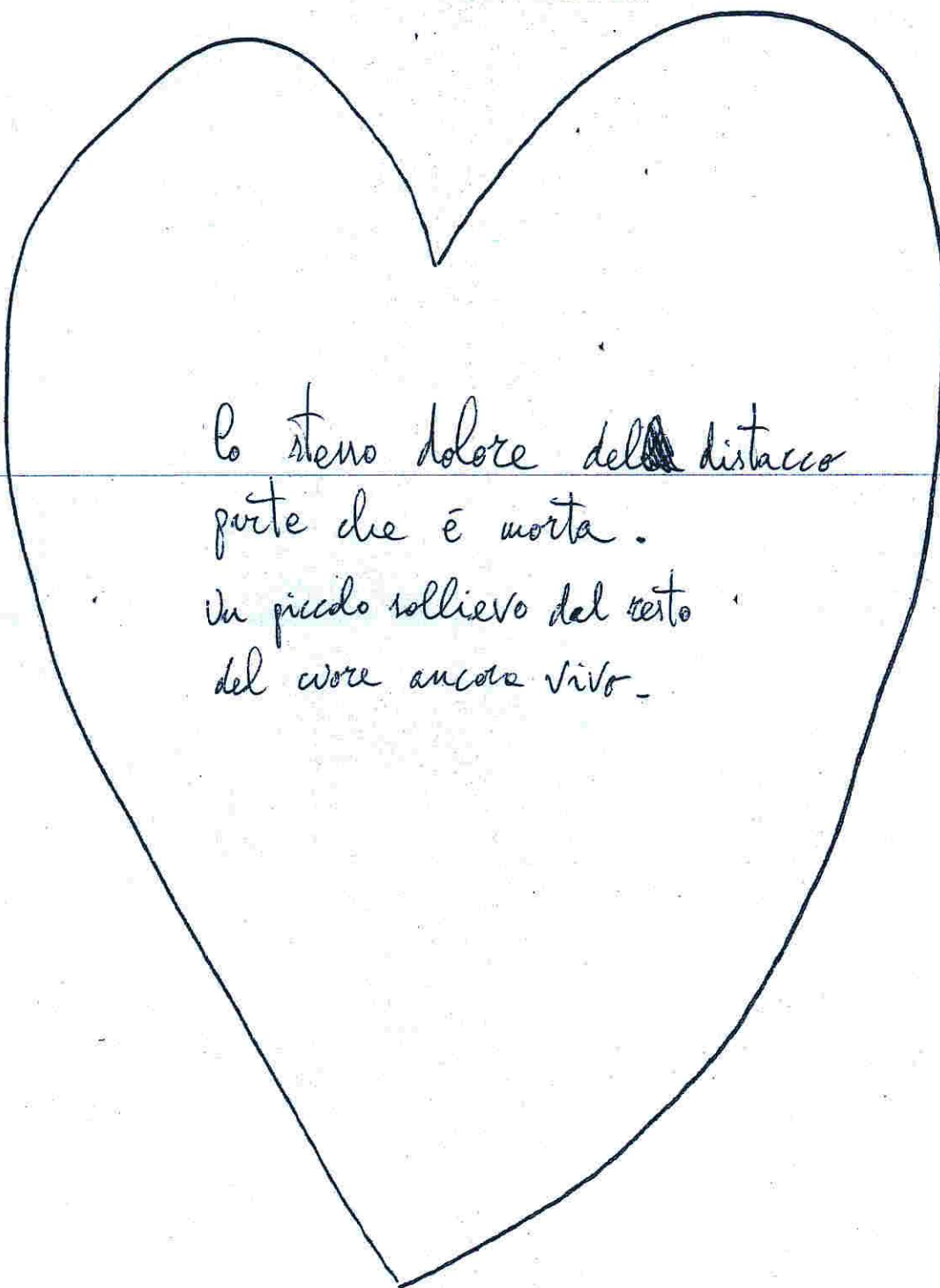


Vedere mio figlio stare meglio, aver aumentato
il dialogo in famiglia; essere andato da un terapeuta;
trascorrere momenti sereni insieme; (x me)

QUANDO MI TORNA IN MENTE ADESSO, PENSO NELLA
MIA TESTA....



SENTO NEL CUORE...



Lo stesso dolore della distacco
parte che è morta.
Un piccolo sollievo del resto
del cuore ancora vivo.

LE SENSAZIONI NEL MIO CORPO SONO...

consegnaione x
l'impossibilita di
avere giustizia

contrazione
dei muscoli
mal di pancia

rabbia
delirione

COSA MI SEMBRA IMPORTANTE FARE...

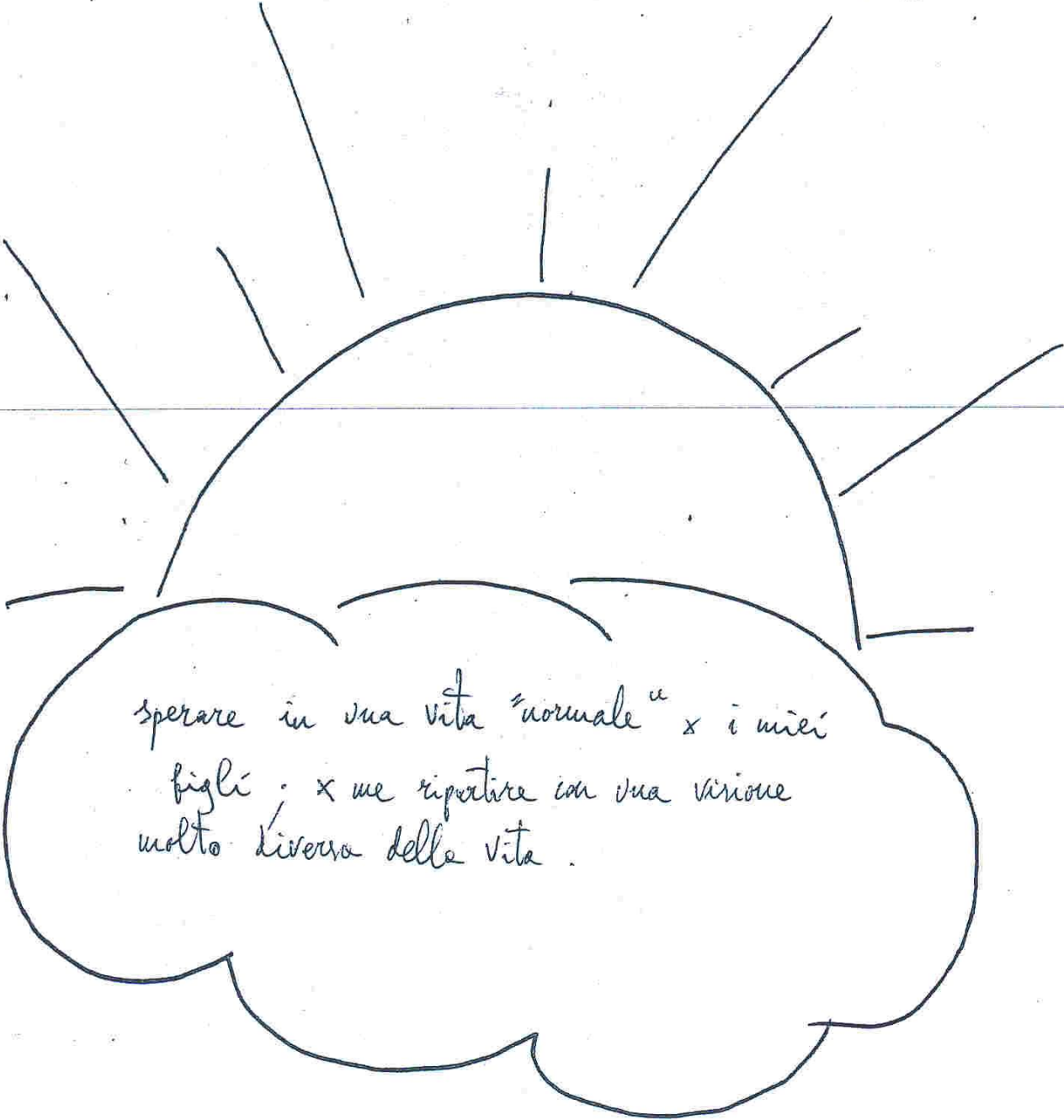
non abbandonare mai la guardia

rimanere affiatato con una moglie

trascurare momenti importanti
con nessuno di loro

mantenere vigile e aperto
il dialogo con i miei figli;
nessun argomento è tabù

COSA MI AIUTA A STARE MEGLIO...

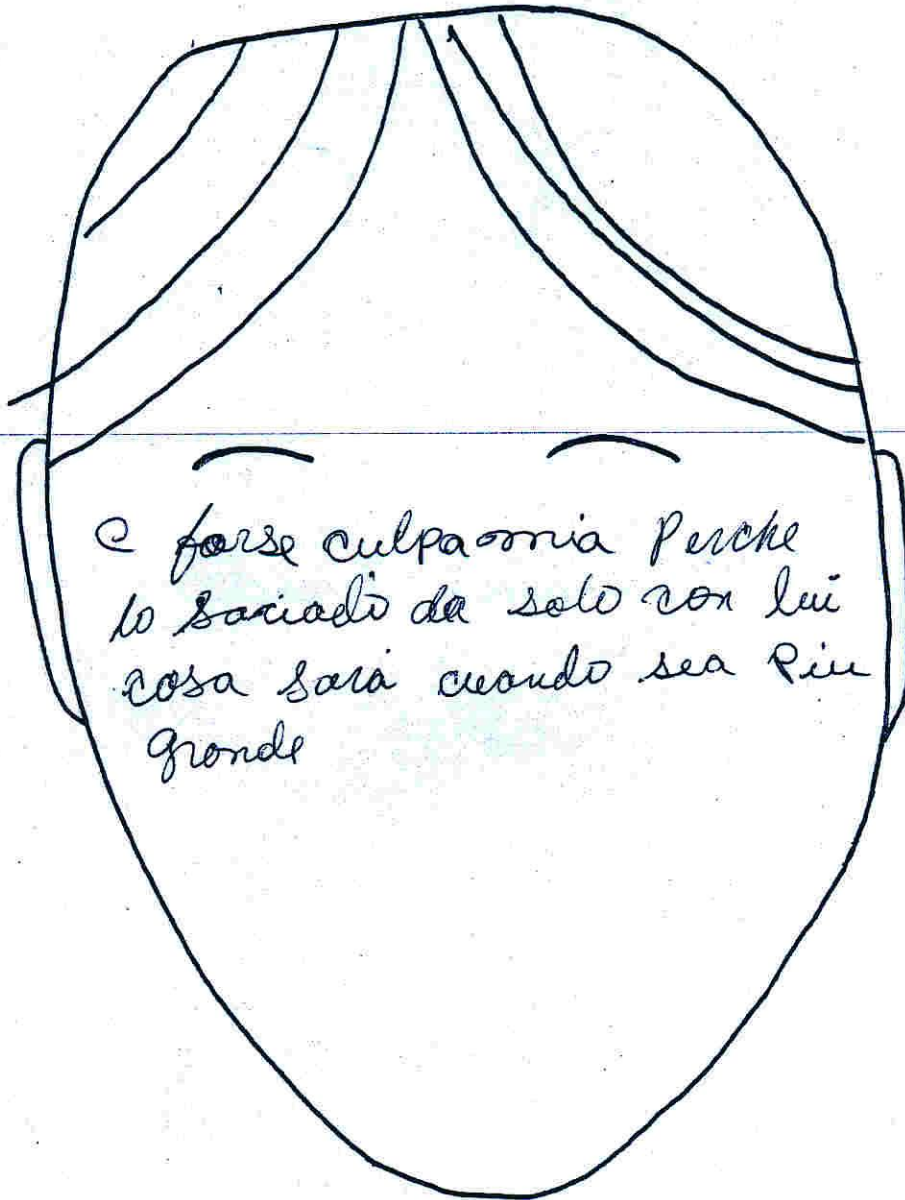


sperare in una vita "normale" x i miei
figli . x me ripetere con una visione
molto diversa delle vite .

IL LIBRO DI
QUANDO
HO SAPUTO...

DI: *S. M. O.*

QUANDO HO SAPUTO CHE MIA FIGLIA ERA STATA
ABUSATA, HO PENSATO NELLA MIA TESTA...



è forse colpa mia perché
lo sapevo da solo con lui
cosa sarà quando sea Rie
Grande

HO SENTITO NEL CUORE...

mi

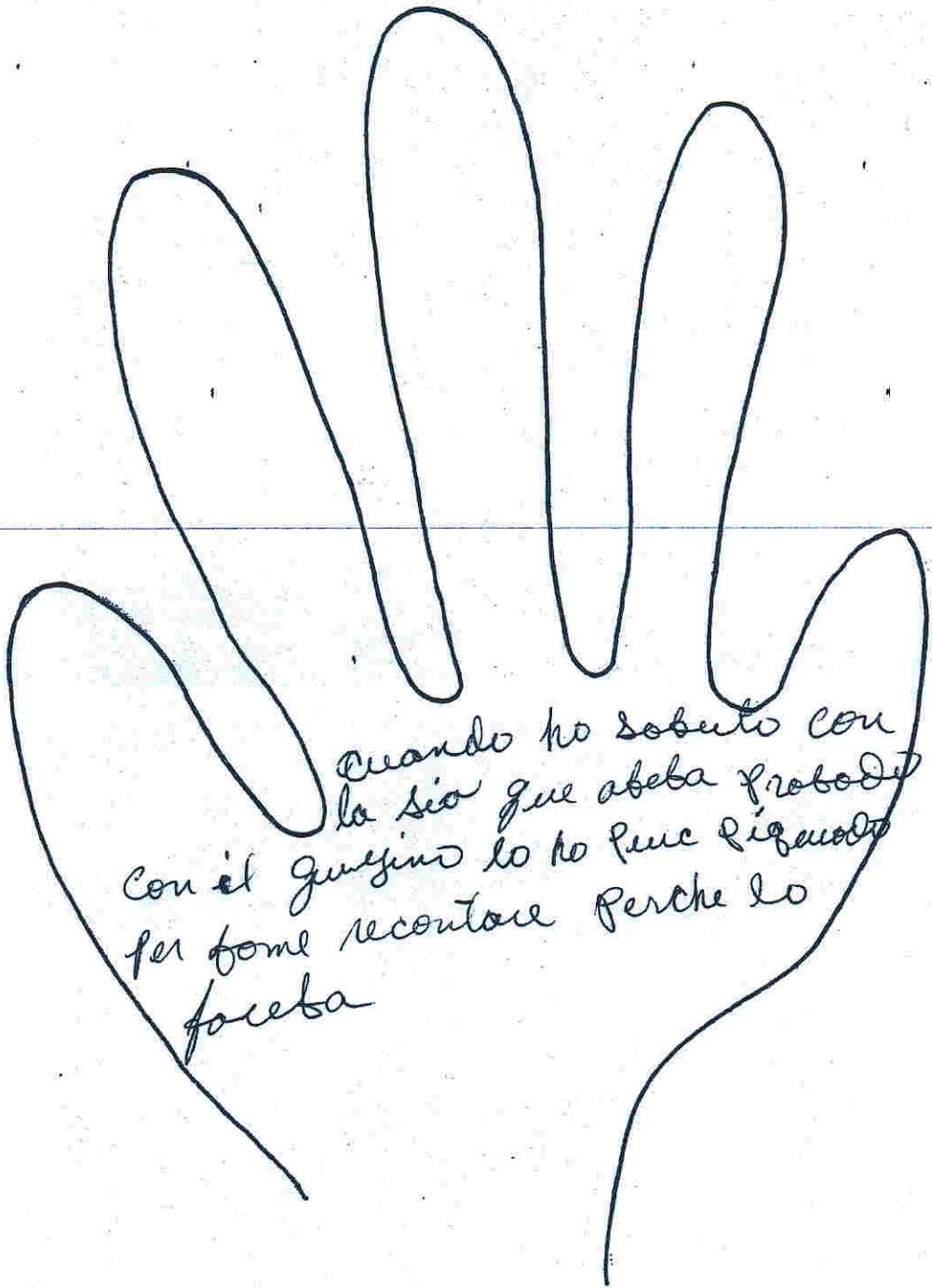
lanto tristesa perche a noi

Questo ragazzo no lo guado Bieu en
focio, cuando lo vedo le dico tontra
cose

LE SENSAZIONI NEL MIO CORPO ERANO...

in sonno giacevo sul letto
tutta notte piangere perché non
sai cosa fare, rabbia, paura

E CIO' CHE HO FATTO E' STATO...



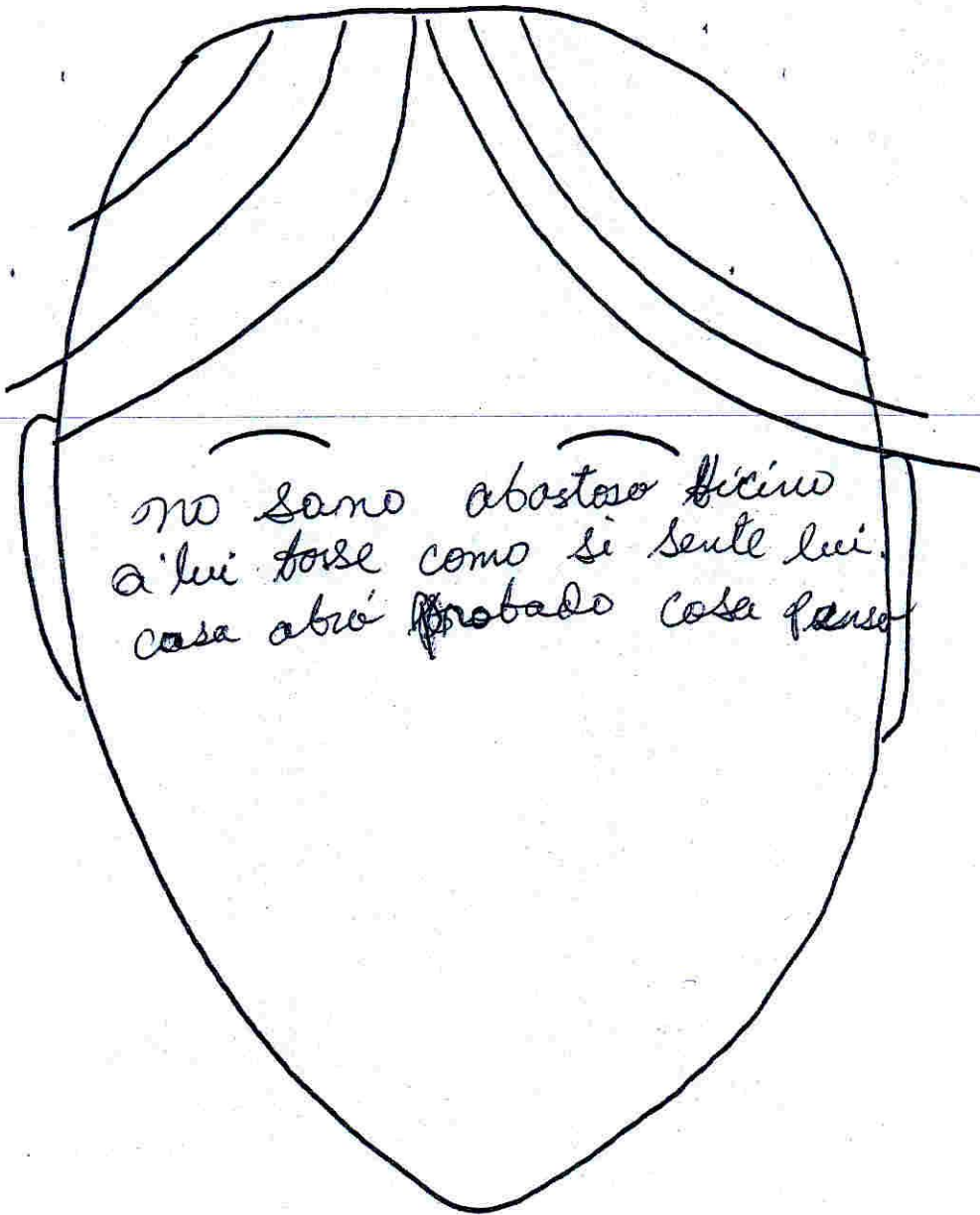
Quando ho subito con
la sia que abeba probodit
con il gungino lo ho puec riquadit
per come raccontare perche lo
faceva

QUELLO CHE MI HA AIUTATO A STARE MEGLIO E' STATO...

Medio no direi ancora
ancora ~~o~~ ho paura le cuole
che con il tempo que venise
fuori

unfo con le cicologhe me
ognuno ayudo a copire ma la
Pana che

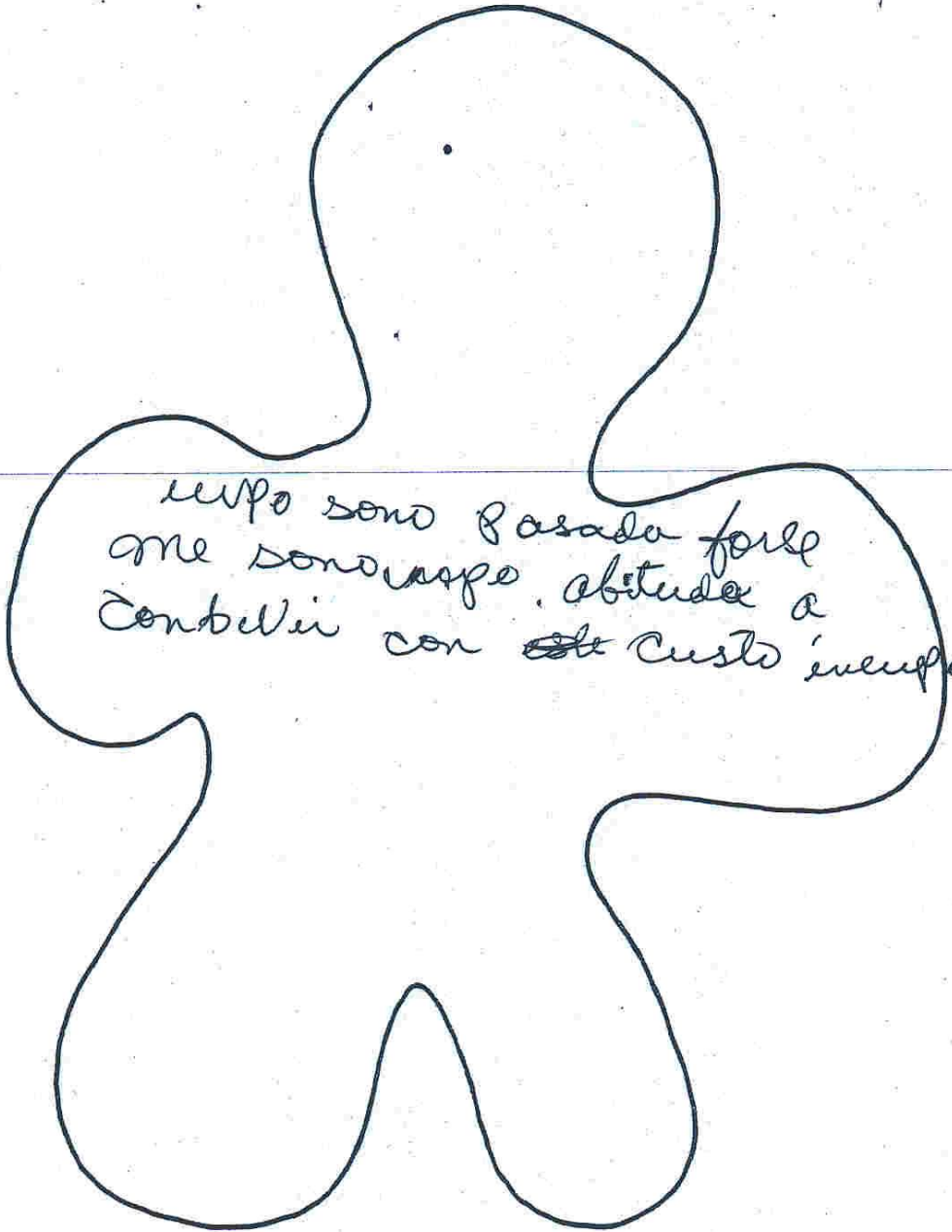
QUANDO MI TORNA IN MENTE ADESSO, PENSO NELLA
MIA TESTA....



SENTO NEL CUORE...

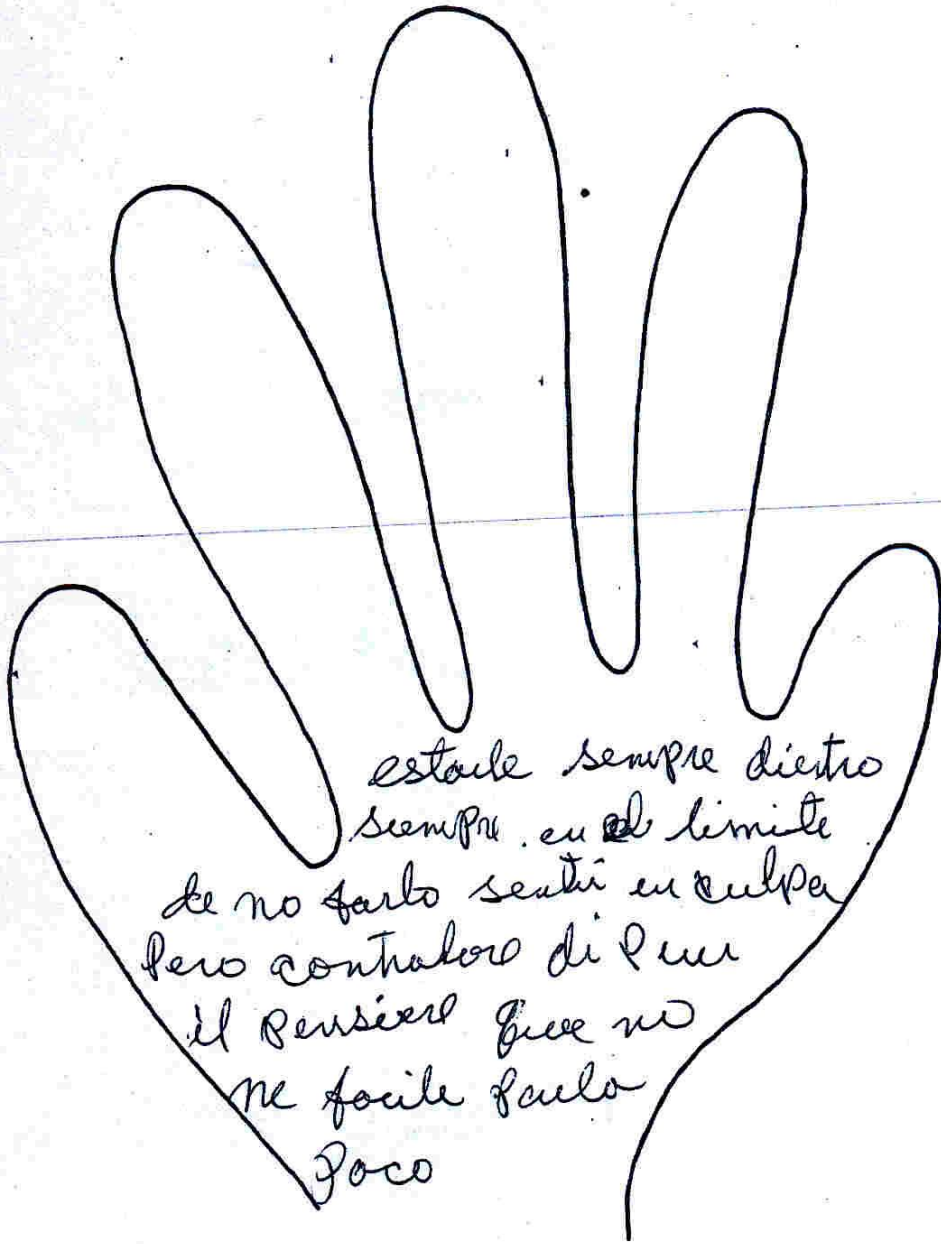
ancora rabbia paura tristezza
soprattutto paura del futuro
de mio figlio si era legato dei
segni

LE SENSAZIONI NEL MIO CORPO SONO...



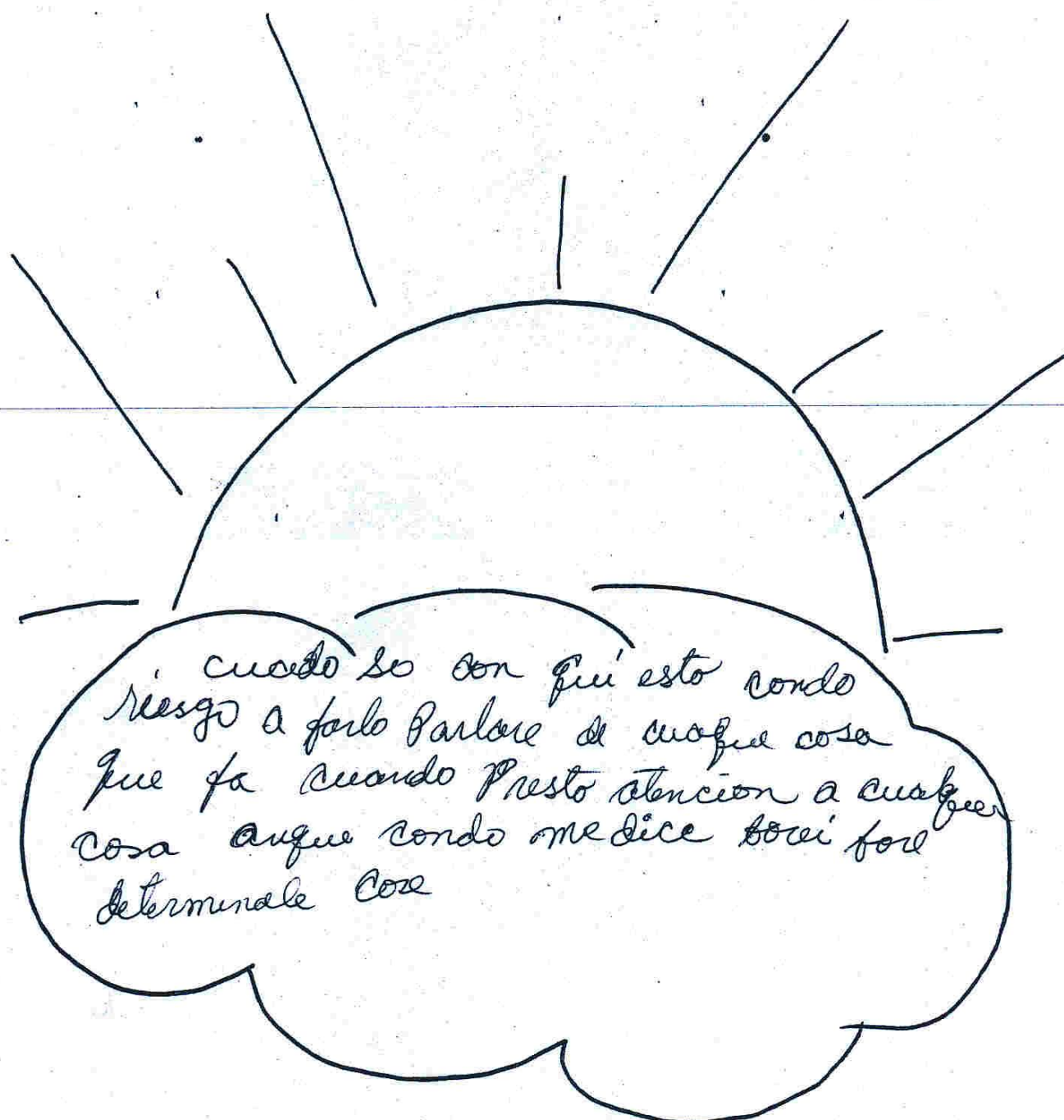
Le sensazioni sono basate forse
me sono usate, abitudine a
controllare con ~~le~~ questo intuito

COSA MI SEMBRA IMPORTANTE FARE ...



estare sempre dietro
sempre, e al limite
de no farlo senti in culpa
pero controloro di que
il pensiero que no
ne facile farlo
Poco

COSA MI AIUTA A STARE MEGLIO...



quando lo son qui esto condo
riesgo a farlo parlare di cuafue cosa
fue fa cuando presto atencion a cualquier
cosa aunque condo me dice boei fore
determinale coe