

Lunedì 18 novembre a Palazzo Doria Spinola

# “Aiuto famiglia”, sostegno alla coppia

**V**uoi migliorare la tua relazione di coppia? Partecipa ai Percorsi di Condivisione Esperienze (PCE)". Questo è il titolo dell'incontro organizzato da AAF - Associazione Aiuto Famiglia Onlus che si tiene a Genova lunedì 18 novembre al Palazzo Doria Spinola nella Sala del Consiglio Provinciale (da via Roma, angolo Piazza Corvetto). L'incontro durerà solo un'ora, con inizio alle ore 18.00 precise, ma i volontari saranno disponibili già dalle 16.00 per informazioni individuali. Chi ha già partecipato agli incontri ha ottenuto i seguenti benefici: diminuzione della conflittualità, emersione di problematiche latenti in un ambiente protetto, superamento del momento critico e miglioramento della relazione. Chi non potrà partecipare in questa data, ma è interessato all'argomento, può scrivere a [pce@aiutofamiglia.it](mailto:pce@aiutofamiglia.it) o lasciare un breve messaggio allo 0108978600 o 0108933700. L'iniziativa si inserisce nell'ambito della VI campagna per la promozione



dell'unità familiare e per la prevenzione della crisi di coppia. La partecipazione ai PCE è gratuita (i costi sono coperti grazie al 5xmille e alle donazioni ricevute). La sala di questo incontro è messa a disposizione gratuitamente dalla Provincia di Genova. AAF - Associazione Aiuto Famiglia Onlus fa parte del Forum delle Associazioni Familiari.

Durante l'incontro verranno proiettate parte delle diapositive utilizzate nell'ultimo fine settimana di settembre a Milano per il 1° corso nazionale per volontari facilitatori di gruppi per coppie in crisi o che vogliono prevenirla - Per trasformare le complessità in possibilità.

### STORIA DEI PCE

A distanza di qualche anno dall'inizio del ns. servizio via mail (2003), le persone o le coppie che abitavano nella nostra città ci chiedevano un incontro personale quindi abbiamo istituito (2005) tre punti di ascolto in cui operavamo una sorta di pronto soccorso dove la persona veniva accolta, ascoltata, compresa e, individuato il problema prioritario, la si orientava verso le risorse presenti sul territorio più adatte alla situazione. Ad una verifica del lavoro svolto ci siamo accorti che le persone, acquisita fiducia in noi al primo colloquio, desideravano averne altri per essere affiancate per affrontare o risolvere il problema e che il problema più comune portato alla nostra attenzione era quello della crisi della coppia. In una riunione collegiale (2008) abbiamo realizzato che, essendo noi solo una decina di volontari dedicati agli incontri personali, e tutti con i nostri impegni familiari e lavorativi, per ottimizzare tempi ed energie potevamo riunire le coppie accomunate dalle stesse difficoltà relazionali ed affiancarle a una sola coppia di volontari. Per organizzare i gruppi abbiamo fatto una ricerca su internet e abbiamo scoperto il mondo dell'Auto Mutuo Aiuto. Alcuni di noi volontari hanno frequentato corsi di for-



mazione e poi di aggiornamento. Con l'aiuto di uno psicologo e psicoterapeuta che ci ha sempre accompagnato in un percorso di verifica del lavoro svolto nella vita di AAF, abbiamo steso le linee guida (2009), non senza difficoltà perché eravamo l'unica esperienza attiva in Italia rivolta a coppie, ed abbiamo avviato quattro anni fa (2010) il primo gruppo di PCE. Col tempo i gruppi sono arrivati ad essere 3 e, dall'anno scorso, sono anche aperti ai singoli.

### DEFINIZIONE DI PCE

Sono una serie di incontri in piccoli gruppi composti da coppie, ma anche aperti ai singoli, con lo scopo di prevenire, affrontare e superare la crisi di coppia o migliorare la propria relazione con il partner.

Si basano sulla collaudata metodologia dell'auto mutuo aiuto. Sono nati nel gennaio del 2010, dopo un periodo di attenta preparazione delle "coppie-guida", che diventano facilitatrici dei gruppi. Si svolgono in orari e giorni già definiti, in luoghi diversi ed hanno una cadenza ed una durata prestabilita. I percorsi hanno un'impostazione originale di ascolto e confronto in gruppi formati da pochi partecipanti ed hanno uno schema variabile. Prevedono il successivo confronto delle "coppie-guida" con uno psicologo esperto nelle dinamiche di gruppo per una verifica del lavoro svolto.