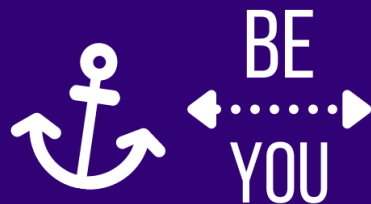


Gruppo di Auto Aiuto



NOI STUDENTI INSIEME!

In seguito all'epidemia che nell'ultimo anno ha stravolto le nostre vite, si è deciso di dar vita a questo gruppo di Auto Aiuto, uno spazio di incontro dove sia possibile, per noi studenti, confrontarci in modo del tutto informale sul nostro vissuto, sulle nostre esperienze ed emozioni con il quale siamo chiamati a convivere ogni giorno, cercando ed offrendo sostegno agli altri per far fronte alla situazione che ognuno di noi (a modo suo) sta vivendo.



Cos'è l'Auto Aiuto?!

Un gruppo di Auto Aiuto è formato da persone che si incontrano per condividere ed affrontare insieme una specifica che hanno in comune.

L'obiettivo è quello di ascoltare e raccontare le proprie esperienze di vita. La condivisione permette di imparare a gestire il proprio problema e a trovare nuove strategie che consentono di migliorare la qualità della propria vita.

L'ascolto incondizionato, il valore del silenzio, il prendersi cura delle nostre fragilità con delicatezza e premura, rendono l'auto aiuto un luogo dove portare sé stessi senza essere giudicati.

Nel gruppo è possibile trovare il sostegno reciproco di cui si ha bisogno, un sostegno, capace di racquistare fiducia in se stessi e negli altri.

Gli incontri si svolgono senza l'intervento di alcun professionista; ognuno inizia e finisce il proprio percorso quando vuole ed in piena libertà, nel momento che sente più opportuno per sé stesso.

"Posso farlo ma non da solo"

Partecipazione gratuita!

Il primo incontro si terrà a Bolzano, all'aperto,
giovedì 20.05.2021
dalle ore 14.30 fino alle ore 16.00.

Potrà partecipare agli incontri ogni studente che avesse piacere di condividere il proprio vissuto con gli altri.

- Fino ad un massimo di 10 partecipanti.

Per ulteriori informazioni:
studentiuniti@yahoo.com