

## PROGETTO

### Laboratorio terapeutico di resilienza contro la violenza

#### PROTOCOLLO DI INTERVENTO **P.E.R.L.A.**

#### PROTOCOLLO **ESPRESSIVO** DELLA **RESILIENZA**

#### PER **LIBERARSI** DALL'**AGGRESSIONE**



Il progetto consiste nell'applicazione di un Laboratorio terapeutico basato sull'attivazione della resilienza per contrastare il trauma derivante dalla violenza subita.

Il programma di presa in carico si svolge in 6 tappe il cui modello prende le mosse dal “ Promuovere la resilienza “individuale sistemica”: un modello a sei fasi, Numero Monografico Psicobiettivo Matteo Selvini, Anna Maria Sorrentino, Maria Chiara Gritti, Copia spedita alla Rivista, 1 ottobre 2012.

Gli incontri aiuteranno a esprimere e riformulare il proprio dramma, con la possibilità di evolvere emotivamente e mettere in azione un cambiamento benefico, una nuova visione di se stessi e del contesto esterno.

Incontri successivi sono solo previsti di follow-up per consolidare lo stato emotivo della Persona.

Il progetto vuole essere a servizio delle persone vittime di una grave violenza psicologica subita, spesso sessuale e/o fisica, a volte lavorativa (mobbing) , altre volte di gruppo (bullismo) sostenendole nel rinforzare la propria rete di sicurezza.

Gli strumenti utilizzati diventano espressivi perché si vuole utilizzare la metafora, per dare la possibilità di esternare diversamente l'azione aggressiva subita o agita.

**Obiettivo principale:** sostenere la resilienza post trauma violenza.

**Percorso:** 6 incontri + 1 incontro di controllo secondo un modello a sei fasi

**Conduttori:** tre esperti ossia due Psicologi e 1 Musicoterapeuta

**Ore considerate:** 8 ore per ogni tappa + 2 ore finali in focus group per il follow up.

**Le attività si intendono a rotazione a volte in individuale e a volte in gruppo**, in base alle diverse fasi di emersione della resilienza e secondo lo schema dell'intero processo.

**Destinatari:** numero minimo circa 8 persone a rotazione

**Metodologia:** schema successivo della 6 fasi. Percorso di accompagnamento del partecipante basato sulla personalizzazione di ciò che arriva dal feedback racconto itinere. Questo modo di procedere, ascolto attivo, è alla base del criterio di qualità dell'intervento, al fine di garantire la massima efficacia oltre che efficienza nelle competenze professionali espresse. Tra gli strumenti: lista fattori di misurazione dei fattori resilienti, diario delle emozioni, mandala delle stagioni (copyright dott.ssa Dionisi), Tecniche Musicoterapiche, test di Luscher, uso delle Metafore.

**Finanziamento attività:** crowdfunding in corso.

<https://www.produzionidalbasso.com/project/progetto-p-e-r-l-a-protocollo-espressivo-della-resilienza-per-liberarsi-dall-aggressione/>

Modulo totalmente gratuito per i partecipanti.

## Schema delle 6 tappe + follow up

### 1° incontro

### **Prima Fase -Riconoscimento di un trauma irrisolto**

**Fase a:** psicologa - **Fase b :** musico terapeuta **Fase c :** psicologa

Strumenti: Mandala delle stagioni, colorato con l'obiettivo della misurazione del trauma che poi nella discussione verrà evocato.

Musicoterapeuta - Obiettivo Attività: riconoscimento dei 5 sensi.

Riscaldamento attivo focalizzato sul respiro e sulla consapevolezza di piccoli movimenti. In seguito tre distinte fasi con l'Ausilio di Musica Recettiva per la riscoperta dei vari Sensi (telo elastico e fazzoletti colorati in volo, carta crespata, prima conoscenza dello strumentario).

### 2° incontro - dopo 7 giorni

### **Seconda Fase -Messa in sicurezza**

Il tutore di resilienza - racconto e recupero emozioni della settimana riconoscere la sofferenza, piangerla e superarla. 2 aree di crisi possibili:

- 1) scompenso (perdita di controllo sulla sofferenza)
- 2) ostilità (invadenza squalificante)

Musicoterapeuta: Obiettivo attività: riconoscimento a livello individuale corporeo delle emozioni primarie: somministrazione di brani di Recettiva Autobiografica, riconoscimento dei propri legami e vissuti musicali, restituzione con improvvisazione fisica utilizzando lo strumentario.

### 3° Incontro dopo 10 giorni

### **Terza Fase-Condivisione del dolore**

Dare parole al dolore. Raccontarlo per Recuperare i vissuti di impotenza , terrore e solitudine per accompagnare il paziente al di là del titolo. Fase intervento musico terapeuta.

obiettivo attività: dopo un primo esame delle passate esperienze di questi laboratori , sperimentazione strumentale. Ricostruzione del percorso mentale sensazioni – emozioni – pensiero – azione.

**4° incontro dopo 15 giorni Quarta fase-Costruire un racconto coerente ed equilibrato**

Racconto sistemico- 2 fronti da ricostruire per il terapeuta:

- 1) Aiutare il paziente a sfuggire polarizzazioni estreme
- 2) rete affettiva del paziente, ascolto empatico, necessità di scoprire un senso , una coerenza é la chiave dell'elaborazione del trauma.

Il senso diventa motore di resilienza che consente un ponte tra risorse: personali, ambientali e rilanciando i termini progettuali di sviluppo. Musicoterapeuta: apertura e chiusura

Obiettivo attività: riconoscimento a livello individuale corporeo del significato del senso del tatto. cautela: contenimento gestione ansia: ripristino e recupero della prima esperienza tramite gli stessi materiali con un 'esperienza supplementare con l'argilla.

**5° incontro - dopo 15 giorni****Quinta Fase-Mai essere vittima**

Aiuto ed ascolto . Lavorare: l'ottimismo; l'autoefficacia, l'autostima, locus of control interno; impegno, controllo e sfida. Strumento: uso di strumenti analogici – Musicoterapeuta: musica immaginativa rilassante evocativa del benessere.

Pag 4

**6° incontro dopo 15 giorni****Sesta Fase-Riconciliazione**

*non sempre possibile ma benefica.* La ricerca del senso. Strumento: qualcosa che spinge all'evoluzione, una riflessione portata dal blasone oppure un mandala libero per dare l'impulso dell'azione e centrare il controllo all'interno. Musicoterapeuta: Riassunto del percorso totale e nuova improvvisazione Sperimentale con commistione dei vari materiali fisici e sonori. Feedback Finale e verbalizzazione. Musicoterapeuta apertura e chiusura.

**7° incontro dopo 40 giorni****Fase del controllo - Follow –up**

Monitoraggio. Scheda autovalutativa e colloquio esplorativo di verifica coerenza del progetto. Tre esperti insieme.