

L'ASSOCIAZIONE "AMICI DELLA MENTE ONLUS" (AdM) ha individuato, tra i suoi obiettivi, quello di diffondere argomenti utili alla comprensione del disagio psicologico utilizzando il linguaggio dell'arte piuttosto che quello accademico. In questo modo si intende favorire una maggiore e più profonda partecipazione emotiva ai temi della psicologia che, per loro natura, hanno bisogno di essere "sentiti" più che capiti razionalmente.

A tale scopo AdM propone il progetto "**Faber in Mente**", una serie di iniziative culturali atte a diffondere i temi del "sapere psicologico" utilizzando le canzoni di **Fabrizio De Andrè**.

Il tema che vogliamo proporre in questa iniziativa è quello dell'**amore a prescindere**. Questo argomento così rilevante in campo psicologico è anche uno dei temi centrali dell'opera e del pensiero di Fabrizio De Andrè. I riferimenti contenuti nelle sue canzoni a questo proposito sono numerosi. Ad esempio, l'amore a prescindere negato all'innamorato de *La ballata dell'amore cieco* da una donna che chiede continue prove d'amore e che non sa amare quell'uomo per quello che è; o l'amore a prescindere del Gesù deandriano che accetta "con l'ultima voce chi lo uccise tra le braccia di una croce" (*Si chiamava Gesù*); oppure in *Dolcenera*, dove Faber ci ricorda che "l'amore ha l'amore come solo argomento".

IL CONCETTO DI AMORE "A PRESCINDERE"

La percezione di poter essere amati a prescindere dalle delusioni che possiamo dare agli altri è un elemento fondamentale nella costruzione e nel mantenimento di un sistema psichico sano ed equilibrato. Il sentirsi *amato a prescindere* è, infatti, un costrutto che permette al bambino di costruire gradualmente il suo *senso del sé* in un clima di fiducia, senza la costante paura di essere rifiutato dai genitori perché incapace di soddisfare le loro aspettative. I genitori che riescono ad infondere ai propri figli la consapevolezza che il loro amore e il loro bene saranno sempre garantiti anche nel caso in cui rimanessero delusi dalle loro performance, li aiutano a crescere sereni e senza ansie inutili. I figli, in questo modo, capiscono che le eventuali critiche che ricevono non sono attacchi svalutanti rivolti alla loro persona, bensì incoraggiamenti a migliorare.

Sviluppare la competenza dell' "amare a prescindere" ci aiuta ad accettare meglio noi stessi e gli altri e ci permette di raggiungere importanti effetti migliorativi sulla qualità della nostra vita e sul benessere psicologico.

A questo scopo vi proponiamo di partecipare a dei **gruppi di Auto Mutuo Aiuto** costituiti appositamente per favorire l'approfondimento di questo tema.

IL GRUPPO DI AUTO MUTUO AIUTO

Rappresenta uno dei modi più utili per favorire lo scambio di esperienze e il reciproco sostegno tra persone che intendono condividere ed approfondire una problematica comune. Ogni partecipante può scegliere, in completa libertà, di mettere a disposizione degli altri la propria esperienza di vita e le proprie opinioni in un clima di autentica e condivisa solidarietà umana.

Lo scopo ultimo è quello di fare in modo che tutti i componenti del gruppo possano trarre beneficio dal confronto ed incrementare il loro benessere psicologico.

I gruppi di auto mutuo aiuto si costituiranno dopo alcuni incontri informativi.

**Il primo di questi incontri si terrà
martedì 20 Settembre 2011, alle ore 18.00
presso la sede legale dell'Associazione
in Via Val Lavizzana, 6 - Milano**

Interventi

L'importanza psicologica della capacità di amare a prescindere e il suo collegamento con l'opera e il pensiero di Fabrizio De Andrè.

Dr. Gabriele Catania (Presidente AdM)

I gruppi di auto mutuo aiuto: un'esperienza di condivisione.

Laura Pozzi (Facilitatrice gruppi auto mutuo aiuto AdM)

Con il patrocinio di



INFORMAZIONI ED ISCRIZIONI

Per informazioni ed iscrizioni rivolgersi a

Associazione di Volontariato "Amici della Mente o.n.l.u.s."

Sede operativa
c/o Azienda Ospedaliera "Luigi Sacco"
Via G.B. Grassi, 74
20157 Milano

Tel. 02/39042874

dal lunedì al venerdì
dalle ore 9.00 alle ore 12.00

www.amicidellamente.org
e-mail: info@amicidellamente.org



FONDAZIONE
FABRIZIO DE ANDRÉ
ONLUS



ASSOCIAZIONE
"A.M.A."



auto mutuo aiuto
ONLUS



N.O.Te.C.

Nell'ambito del progetto **Faber in Mente**, una serie di iniziative culturali volte a favorire il benessere psicologico attraverso l'approfondimento di temi tratti dall'opera e dal pensiero di **Fabrizio De André**, l'**Associazione di Volontariato "Amici della Mente o.n.l.u.s."** propone

Amare a prescindere

una competenza necessaria per accettare realmente se stessi e le persone che amiamo,
un percorso di crescita attraverso il gruppo di **auto mutuo aiuto**.

Martedì 20 Settembre 2011

ore 18.00

**presso sede legale
Associazione Amici della Mente
Via Val Lavizzana, 6
Milano (MM Gambara)**