

ALL'ASSOCIAZIONE ZYP

# Gruppi di auto-aiuto contro il mobbing

**Inizia oggi il nuovo progetto anti-mobbing "Gruppo di auto mutuo aiuto, in gruppo per aiutare e aiutarsi", ideato dal Punto di ascolto**



Parte oggi il ciclo di sei incontri gratuiti per uscire dal mobbing

mobbing della Camera confederale del lavoro Uil in collaborazione con l'associazione culturale e di promozione sociale Gest-Arts il patrocinio della Provincia.

«L'idea di creare grup-

pi di auto mutuo aiuto nasce dalla consapevolezza che coloro che vivono una situazione di disagio lavorativo hanno l'esigenza di essere accolti e ascoltati - spiega la dottoressa Gerarda Urciuoli, responsabile del Punto di ascolto mobbing della Uil - perché i problemi lavorativi possono ripercuotersi anche nella sfera personale e familiare».

In pratica, nel gruppo, la situazione di disagio psico-sociale (straining, burn-out, mobbing) vissuta dal singolo lavoratore all'interno del posto di lavoro diventa il punto di partenza di una relazione di aiuto reciproco. Il gruppo diventa così una sorta di contenitore del disagio, esplicitato e condiviso, e di fucina dove trovare soluzioni al problema.

Il progetto, in sostanza, mira a aiutare i membri ad apprendere nuovi

e più gratificanti modelli comportamentali, ad esprimere le proprie emozioni, rafforzare la propria immagine e le capacità individuali per affrontare il disagio.

Il progetto prende il via oggi con un ciclo di sei incontri quindicinali gratuiti, condotti dalla counsellor-formatrice Gerarda Urciuoli e dalla psicologa-psicoterapeuta Arienne Fonda. Gli incontri si svolgeranno all'associazione Zyp in via delle Beccherie 14. Il gruppo, a numero chiuso, accoglierà un massimo di venti partecipanti. Agli interessati è consigliata l'iscrizione e la prenotazione contattando, anche per ulteriori informazioni, il Punto di ascolto mobbing della Uil in via Polonio (info@benesserelavoro.it 040-660994; 347-4216563) o l'associazione Gest-Arts al n. 347-1477230 associazione@gest-arts.it