CHI SIAMO

L'associazione
AMA HIKIKOMORI
è composta da famiglie,
da psicologi e da persone
sensibili alla qualità delle relazioni.

COSA FACCIAMO

Sosteniamo i ragazzi e le famiglie
che vivono l'esperienza del ritiro sociale
accompagnandoli nei loro percorsi
di uscita dall'autoisolamento e
promuoviamo la cultura della relazione.

COME

Attraverso gruppi di auto mutuo aiuto,
laboratori sulla connessione e
sulle dinamiche relazionali,
gruppi di parola per adolescenti.

DOVE

Siamo attivi in Romagna
e nell'Area Metropolitana Bolognese

375 8499344

info@amahikikomori.it

5‰ 92096530404

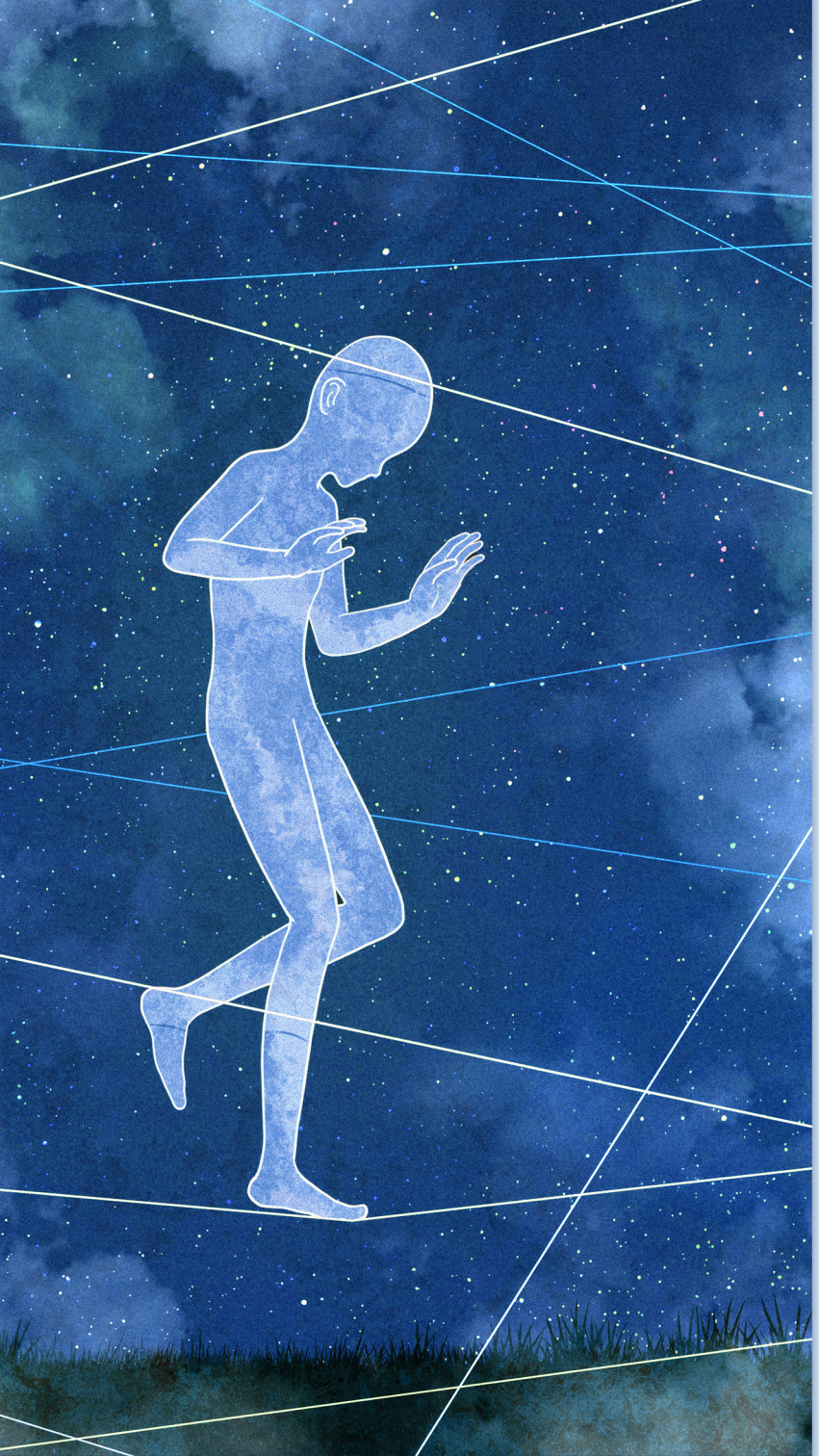
www.amahikikomori.it



L'associazione

AMA HIKIKOMORI

si occupa di ritiro
sociale volontario e
promuove il benessere
emotivo e relazionale
dei giovani e delle famiglie



RITIRO SOCIALE

L'autoisolamento sociale è espressione
di un disagio psicologico profondo,
legato a senso di inadeguatezza
e vergogna di sé, e coinvolge
un numero crescente di giovani.

E' amplificato dalla pressione esercitata
da un contorno sociale che giudica
ogni ambito della vita,
anche personale e relazionale,
sulla base della performance,
e dal senso di rifiuto che ingiustizia,
incoerenza e prevaricazione generano
nei ragazzi.

Si manifesta attraverso
diversi livelli di chiusura.

Dalle prime difficoltà a frequentare
la scuola e il gruppo degli amici,
a difficoltà più marcate, accompagnate
da malesseri fisici e alterazioni del sonno,
fino alla chiusura nella propria stanza
e all'inversione del ritmo sonno-veglia.

E' importante non sottovalutare
le difficoltà iniziali, ponendosi
in posizione di ascolto e cercando
un contatto profondo con i ragazzi.

Spesso infatti, quando la chiusura
tende ad inasprirsi o a prolungarsi,
i ragazzi rifiutano un aiuto diretto
e supportarli diventa più difficile.

AUTO MUTUO AIUTO

Di fronte al disagio dei loro ragazzi,
le famiglie sono disorientate
e preoccupate e faticano a
comprendere la natura e la portata
di ciò che stanno vivendo.

Alcune tendono a chiudersi,
per non dover raccontare ad altri
il proprio dolore, che percepiscono
come non accolto.

E' quindi necessario sostenere le famiglie,
aiutandole a ritrovare al proprio interno
serenità e capacità di ascolto e di dialogo.

Questa è anche la prima e fondamentale
forma di aiuto per i ragazzi,
poiché spesso contribuisce
ad allentare la chiusura.

Per questo motivo organizziamo
gruppi di ascolto e di supporto reciproco,
dedicati a genitori e familiari
e coordinati dai nostri psicologi
(Gruppi di Auto Mutuo Aiuto).

GRUPPI DI
Auto Mutuo Aiuto
Area Metropolitana
Azienda USL di Bologna







IMPARARE L'ASCOLTO, COLTIVARE IL DIALOGO

Organizziamo cicli di incontri
con i nostri psicologi e formatori
per approfondire, sperimentare e allenare
la nostra capacità di ascolto, di dialogo
e di connesione empatica
con noi stessi e con gli altri.

La capacita' di creare una connessione
profonda, infatti, ci aiuta a prenderci cura
delle nostre relazioni, che siano di affetto,
di amicizia o di semplice collaborazione,
e si può imparare e sviluppare
durante tutta la vita.

Si tratta di percorsi laboratoriali
ed esperienziali che dedichiamo
alle nostre famiglie e a chiunque desideri
approfondire le dinamiche relazionali.

SPAZI DI CONFRONTO LIBERO TRA RAGAZZI

L'umanita' profonda dei nostri bambini, ragazzi
e giovani germoglia e cresce all'interno di un
contesto sociale ibrido, a meta' fra reale e virtuale,
dalla natura profondamente competitiva e basata
sulla performance. Mancano loro spazi di incontro
concreto, fisico, nei quali sia possibile un confronto
realmente libero tra pari. Per molti, in questo
contesto, relazionarsi con i propri coetanei diventa
uno scoglio insormontabile. I Gruppi di Parola
sono un primo tentativo di risposta. Si tratta di spazi
dedicati alla connessione tra coetanei, all'interno
dei quali la condivisione è facilitata dalla presenza
di uno psicologo dell'associazione. Costituiscono
ambiti esplicitamente privi di richieste prestazionali,
nei quali sperimentarsi e sperimentare liberamente
la relazione diretta tra pari, iniziando dal dialogo.



RISCOPRIRE LE RELAZIONI ATTRAVERSO I GIOCHI DI RUOLO

I giochi di ruolo, che hanno molte affinità con il teatro di improvvisazione, sono uno strumento molto potente ed efficace per sviluppare empatia, collaborazione, disponibilità all'ascolto e al dialogo.

Nel territorio bolognese stiamo realizzando un'esperienza di giochi di ruolo IN PRESENZA, guidati da un giovane Game Master, che coinvolge alcuni ragazzi con un lungo vissuto di ritiro sociale.

Lo scopo del gioco non è la vittoria di qualcuno o la sconfitta di altri, ma costruire assieme una storia avvincente e stimolante, immaginando se stessi ed il proprio ruolo, ma al contempo coordinandosi con il resto del gruppo.

I ragazzi, infatti, ogni due settimane passano un pomeriggio insieme, interpretando personaggi di propria invenzione, tramite i quali vivono un'intricata avventura che li metterà di fronte a dilemmi, rompicapi e situazioni complesse che richiedono una soluzione concordata.

Grazie a questa pratica, attraverso un processo avvincente, in cui costruiscono autonomamente il proprio destino e il proprio ruolo, allenano lo spirito di cooperazione e sviluppano le parti più fini della comunicazione.



COME VIVE

una nuvola in cielo



Laboratorio di pittura irregolare

Il laboratorio si sviluppa su due percorsi complementari

Incontri per i ragazzi

La proposta artistica è un'occasione per approfondire la conoscenza di sé e dell'altro, in un ambiente privo di richieste prestazionali (ci piace la pittura "irregolare"). Gli incontri sono co-condotti da un* artista e da un* psicolog* dell'associazione

Incontri per i genitori

Pensati per essere uno spazio di approfondimento e di confronto sulle dinamiche relazionali genitori-figli. Gli incontri sono condotti da un* psicolog* dell'associazione.