



*Gazette*

indirizzo | Consultorio DELTA  
via Cattori 5  
6600 Locarno  
tel e fax | 091 - 751 07 17  
e-mail | info@consultoriodelta.ch  
web | www.consultoriodelta.ch  
ccp. | 65-234345-1



*Gazette*

## Infos

## Editoriale

### Cari amici dell'Associazione Delta

Ecco che l'anno si sta per concludere per lasciar spazio al nuovo che sta per incominciare. Sono successe molte cose e alcune sono cambiate. Molti di noi si sono sicuramente già fatti piani e pensieri per il futuro. Vi sarete accorti che quest'anno la Delta-Gazette è uscita meno regolarmente del solito...tanto da fare e poco tempo! Entrambi abbiamo altri lavori che ci impegnano! Abbiamo comunque mantenuto il nostro slancio e passione per seguire le persone che vengono in cerca di aiuto in fasi difficili della loro vita, e siamo partecipi di ciò che Dio fa nelle loro vite. Quest'anno abbiamo anche organizzato meno seminari, tendenza che speriamo di recuperare l'anno prossimo! Il nostro comitato si è ridotto di una persona, Daniele Ventura, che ci teniamo ringraziare di cuore; per molti anni, dalla fondazione del Consultorio, ci ha aiutato

zione del Consultorio, ci ha aiutato tantissimo in svariati ambiti! Abbiamo dunque un posto vacante che vorremmo colmare. Se stai pensando che potrebbe essere un ruolo per te, non esitare a contattarci! Guardiamo in retrospettiva a quest'anno con gratitudine! Siamo anche grati per tutti coloro che ci hanno sostenuto finanziariamente: senza i vostri doni, semplicemente, non ce l'avremmo fatta! Grazie di cuore!

### Vi auguriamo un Benedetto Natale e un Buon inizio nel Nuovo Anno!

Jasmine Stauffer



Jasmine Stauffer

GRAZIE  
1000

*Gazette*

## DICEMBRE 2011 N°19

### Cari lettori

Ah, Natale!!! Che bella festa! Amici, cene, regali, vacanze....Ma se ci concentriamo sul significato base di questo periodo natalizio non possiamo far altro che dire: "Grazie Dio che hai mandato Gesù sulla terra per salvare l'umanità! Grazie Dio per questo dono!" . Gesù è il dono più grande che ci è mai stato fatto, lo dobbiamo solo spacchettare ed accettare! Ma come ha concluso Gesù la sua vita sulla terra? Da vittima! È stato condannato ingiustamente. Questo Dono, che ha dovuto diventare vittima, o meglio ancora, questa vittima che nelle mani giuste, accettando la volontà del Padre, è diventato un Dono, mi ha affascinato e ha ispirato l'articolo che segue. Buona lettura e Buon Natale!



Claudio Agosta

### Vittima?

Quando parliamo di vittima pensiamo subito ad un aggressore, alla violenza e all'aver subito ingiustamente gravi danni e torti. Spesso ci identifichiamo con la vittima e ci viene naturale proteggerla da ulteriori aggressioni e torti. Nel simpatizzare con essa ci proclamiamo paladini di giustizia e difensori degli oppressi. Ed è giusto così! Dio stesso è il primo difensore dell'oppresso! Ci dice nel Salmo 146.7-8 che "Il Signore rende giustizia agli oppressi e li rialza". Nessuno dovrebbe subire in silenzio, passivamente e con rassegnazione. Quest'attitudine darebbe unicamente il segnale all'usurpatore o all'aggressore di continuare indisturbato la sua attività. Ma essere vittima ha implicazioni più ampie! Basti pensare che anche l'aggressore, a sua volta, è o è stato vittima, oppure che a volte si è vittime di usurpatori impersonali: siamo per esempio vittima del sistema, vittima



Isaia 9:5

Poiché un bambino ci è nato, un figlio ci è stato dato,  
e il dominio riposerà sulle sue spalle;  
sarà chiamato Consigliere ammirabile, Dio potente,  
Padre eterno, Principe della pace

## vittima-dono

della società, vittima dei nostri stessi successi o insuccessi. In questo breve articolo, vorrei concentrarmi sull'attitudine di vittima, ovvero su quell'attitudine di base che blocca una persona al suo stato di disagio e di conseguenza non riesce ad usare le risorse necessarie per uscirne. Nella consulenza, a volte, riceviamo persone che si esprimono dicendo "ho già provato di tutto, e niente funziona", "sono all'ultima spiaggia", oppure sono convinti che se solo "il mio partner, il mio chef, i miei figli, ecc. fosse/fossero diversi, allora sì che potrei essere felice". All'inizio del processo di consulenza, è importante prendere sul serio le situazioni, le persone, il vissuto che ha subito la persona che ci chiede aiuto. L'accoglienza, l'empatia e l'identificazione con il dolore di chi soffre non sono optional: in quei momenti non si hanno bisogno di consigli, di strategie o di lezioni... Già il fatto di poter condividere e sentirsi capiti, aiuta molto. Ma se voglia-

mo proporre un aiuto completo e a lungo termine, questa fase deve poter essere limitata nel tempo, per poter lasciare spazio ad altre due fasi: l'elaborazione del vissuto e la formulazione di una presa di posizione (cosa faccio adesso?). Quando si elabora il vissuto e si nominano tutti i "colpevoli" della mia misera situazione, a volte si trova anche Dio sul banco degli imputati: "perché l'ha permesso" oppure "perché non fa qualcosa per cambiare la mia situazione...ho già pregato mille volte per un cambiamento!". È cruciale in questa fase poter pian piano spostare il focus dai genitori cattivi, il partner infedele, il capo esigente, Dio che non sembra intervenire, e metterlo su sé stessi. In quanto a consulenti dobbiamo trovare l'accesso al passaggio dalla fase dell'accoglienza a quella più delicata del "Ok, ora, tu, che cosa vuoi fare?". L'attitudine di vittima si infila proprio a questo punto e trova il suo spazio di crescita nella resistenza a

## dono-vittima

questo passaggio. La persona che ha subito il torto può addirittura sviluppare un'identità di vittima che l'accompagna in ogni relazione, attività o pensiero. Spesso si traduce in un'attitudine passiva, paura o rifiuto di qualsiasi responsabilità, mancanza di autostima (non ce la farò mai, non capirò mai niente), sentirsi piccoli e insignificanti, avere un'attitudine di arrendevolezza e rassegnazione (ormai sono così che ci vuoi fare?), dare la colpa di tutto ciò che succede agli altri, alle circostanze, alla sfortuna, a Dio. La vittima spesso crede che gli altri debbano occuparsi di lei, pensare e agire per lei, in qualche modo "salvarla". È spesso timida, dipendente e infantile. È convinta di non aver la forza o i pensieri giusti per risolvere i problemi ed è in attesa che qualcosa di soprannaturale succeda per incominciare a muoversi. Prendere responsabilità per sé stessi è la decisione più importante che si possa fare per combattere il vittimo-

mismo. È una questione di scelta. Gli amici, il terapeuta, non possono cambiare la situazione o gli altri, ma possono far riflettere sulle proprie scelte e risposte. Dio stesso spesso non cambia le situazioni, ma è molto interessato a cambiare noi, e a riallineare le nostre motivazioni, pensieri, decisioni. Prendere responsabilità significa decidere come ho intenzione di vivere io il resto della mia vita, nel dopo-offesa. Una vittima che rimane con un'attitudine di vittima, è destinata ad avere continuo bisogno di cure, attenzioni e incoraggiamenti. Una vittima che affronta la situazione e decide di prendere responsabilità per il resto della sua vita, può diventare un dono prezioso per chi, dopo di lei, ha passato simili ferite e circostanze negative. Scegliamo, questo Natale, di essere un dono per qualcun altro!

Claudio Agosta

Grazie al collega Rolf Rietman per il suo articolo più esauriente sul tema «essere vittima», che si può leggere su [www.wuestenstrom.ch](http://www.wuestenstrom.ch)