

I disegni che salvano

- ciclo di 6 incontri di gruppo -

Il gruppo è un caldo contenitore di emozioni: insieme è più facile esprimere i propri sentimenti perché ci si sente capiti, finalmente non più soli e si possono condividere le fatiche così come le gioie!

Ci si sente utili, poiché si può dare prezioso supporto a qualcuno che è in difficoltà, e nello stesso tempo si ricevono preziosi consigli e conforto da chi condivide quello stesso spazio con voi.

Attraverso l'utilizzo di tre tipologie diverse di disegno, andremo a far emergere ed approfondire alcuni aspetti di voi stessi.

L'obiettivo sarà quello di poter toccare con mano dinamiche in cui spesso vi trovate e, grazie al supporto degli altri membri del gruppo, ricevere spunti di riflessione su come gestirle e modificarle.

La metodologia del "disegno" risulta in questo molto efficace, poiché bypassa le barriere razionali e velocizza l'emergere di alcune emozioni più inconscie.

Gli incontri avvengono in un clima non giudicante e di massimo rispetto, non viene valutata l'abilità nel disegnare né la creatività...quello che importa è mettersi in gioco, rilassarsi e...vedere cosa viene fuori da voi stessi!

Programma:

1° incontro: presentazione dei membri e produzione dei tre disegni

2° incontro: interpretazione del primo disegno e condivisione di gruppo

3° incontro: interpretazione del secondo disegno e condivisione di gruppo

4° incontro: interpretazione del terzo disegno e condivisione di gruppo

5° e 6° incontro: incontri conclusivi e restituzioni finali

Ogni incontro ha la durata di 2 ore.

Dott.ssa Silvia Battistini
Psicologa – Psicoterapeuta
Tel 392.3909827
www.psicologaasilviabattistini.com