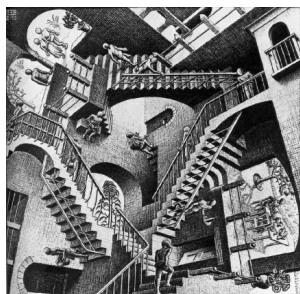


Lo studio di psicologia e psicoterapia si propone come uno spazio di ascolto, consulenza e psicoterapia in un contesto in continua trasformazione e che per questo motivo conduce a confrontarsi quotidianamente con problematiche sempre più complesse ed articolate.

Il servizio offerto dal Polo Clinico si pone come spazio di ascolto e di analisi della domanda.

Si rivolge a tutte quelle persone, coppie o famiglie che stanno attraversando un momento di disagio psicologico o stanno convivendo con un disturbo psichico.



Referenti del progetto "CONDIVISIONE":

*Dott.ssa Serena Saccani*  
*Dott.ssa Valeria Lo Nardo*

Se pensi che questo tipo di esperienza possa interessarti, esserti di aiuto in questo momento della tua vita e spingerti a superare le tue attuali difficoltà, puoi contattarci.

Tel.: 331-1207977

Mail: [poloclinico@libero.it](mailto:poloclinico@libero.it)

Web: [www.coinetica.it](http://www.coinetica.it)

Gli incontri si svolgeranno presso il *Polo Clinico di Psicologia dell'Istituto di Psicoterapia Sistemica Integrata, Strada Vallazza n.6, S.Pancrazio, Parma*



In collaborazione con:

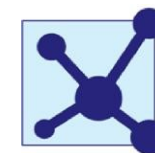


Associazione Culturale



IDIPSI

Istituto di Psicoterapia  
Sistemica Integrata



**Polo Clinico di Psicologia  
dell'Istituto di Psicoterapia  
Sistemica Integrata**

## CONDIVISIONE



**Esperienze di gruppo per  
persone  
che si sentono sole**

**Strada Vallazza, 6  
43100 San Pancrazio  
Parma**

*Ci sentiamo spesso giù di corda, compiamo un grosso sforzo ogni qual volta dobbiamo fare qualcosa... ci spaventa l'idea di dover affrontare tutta quella gente... non troviamo il coraggio di dire quella cosa a quella persona perchè abbiamo paura di ferirla o di deluderla... Nella coppia avvertiamo che c'è qualcosa che non va ma non sappiamo cosa... In famiglia ci sentiamo costretti ma non sappiamo cosa fare per cambiare le cose.*

*Ci sono un'infinità di situazioni che in qualche misura ci fanno "star male". Alcune di queste rientrano nella cosiddetta "normalità", "routine". Ma in alcuni casi il dolore e la sofferenza che ne derivano sono molto alti e compromettono tutta la nostra vita, il nostro lavoro, le nostre relazioni, i nostri affetti...*

## **PERCHÈ PARTECIPARE AL GRUPPO**

Perché è un'opportunità di modificare la propria tendenza all'isolamento, di trasformare le sensazioni di esclusione e "diversità", sperimentate nelle situazioni sociali, in risorse che ci permettano di entrare più facilmente in relazione con l'altro.

## **MODALITÀ DI SVOLGIMENTO**

- Il gruppo sarà composto da un massimo di 10/12 persone;
- Il gruppo sarà attivato al raggiungimento di un numero minimo di 4 partecipanti;
- Gli incontri, della durata di due ore avranno cadenza quindicinale e saranno condotti da due psicologi/psicoterapeuti;
- Per poter accedere al gruppo è necessario sostenere un **colloquio gratuito** con i conduttori a carattere informativo/valutativo.

Sede degli incontri presso il **Polo Clinico di Psicologia dell'Istituto di Psicoterapia Sistemica Integrata con sede in Strada Vallazza 6, S.Pancrazio, Parma.**

Il gruppo si rivolge a persone che stanno vivendo esperienze di solitudine. Cosa intendiamo per "esperienza di solitudine?":

- il non sentirsi in sintonia con l'ambiente che ci circonda.
- il non sentirsi a proprio agio quando ci si trova insieme agli altri avvertendo un distacco emotivo e/o difficoltà a comunicare.
- il non riuscire a esprimere in pieno se stessi in famiglia o nell'ambiente di lavoro.

Chi vive la tristezza, l'ansia, il dolore, sentendosi così una persona esclusa, diversa, rispetto a chi, forse vive le stesse emozioni e gli stessi problemi ma non ha il coraggio di esprimerli. E tenersi tutto dentro aggrava la sensazione di solitudine.....

## **PERCHÈ IL GRUPPO**

La dimensione del gruppo permette il confronto, la condivisione, lo scambio di informazioni, esperienze, emozioni e problemi. Attraverso la condivisione è possibile alleviare la propria sensazione di solitudine, comprendere l'origine del proprio disagio, ricercare e sperimentare soluzioni nuove grazie all'ascolto, al supporto dei partecipanti e dei conduttori.