

CONOSCI TE STESSO E GLI ALTRI

I FLUSSI INTERPERSONALI DELLA VITA



Percorso di intervento psicologico in gruppo, centrato sull'abilità universale ma specifica con cui ognuno di noi entra in relazione con l'altro.

Coordinato e promosso dall'UOC di Psichiatria 3 della AULSS9 Scaligera.

Il percorso si svolge presso il Centro di salute Mentale del distretto di Bovolone/Nogara.

Sembra sempre più difficile instaurare rapporti positivi con gli altri, mettersi in gioco in modo adeguato e funzionale, eppure abbiamo bisogno degli altri per riconoscere noi stessi.

Il percorso propone proprio di lasciarsi andare gradualmente al giocare con l'altro in uno spazio sicuro e protetto per poter riflettere su di Sé, sui propri bisogni e sull'altro allo scopo di sentirsi più adeguati e fiduciosi.

COSA SI FA?

Attraverso un ciclo di 8 incontri, usando immagini e canzoni si cerca stimolare la consapevolezza di pensieri, emozioni e sensazioni che guidano l'agire e il reagire agli altri; attraverso tecniche espressive, simulazioni e role play per la dinamizzazione del gruppo, andremo a sollecitare riflessioni che aiutano a sentirsi più consapevoli di Sé con gli altri, sollecitando un pensiero immaginativo più flessibile aperto a nuove possibilità di interazione funzionale.

CHI CONDUCE?

Dr.ssa **Chiara Peroni**
Psicologa Psicoterapeuta LP
Dr. **Alessandro Norsa**
Psicologo Psicoterapeuta LP
D.ssa **Carlotta Benassi**
Tecnico della Riabilitazione Psichiatrica

A CHI E' RIVOLTO?

A persone già in carico presso il Centro di Salute Mentale, con età compresa tra i 20 ed i 35 anni che si sentono in difficoltà nel relazionarsi con gli altri.

DOVE SI SVOLGE?

Presso il Centro di Salute Mentale di Bovolone, il giovedì mattina dalle 11.45 alle 12.45

PER INFORMAZIONI:

Rivolgersi ai Centri di salute Mentale della vostra zona, attraverso una mail:

- Bovolone csm.bovolone@aulss9.veneto.it
- Nogara csm.nogara@aulss9.veneto.it
- Legnago csm.legnago@aulss9.veneto.it