

Gli incontri si svolgono ogni due settimane per due ore.

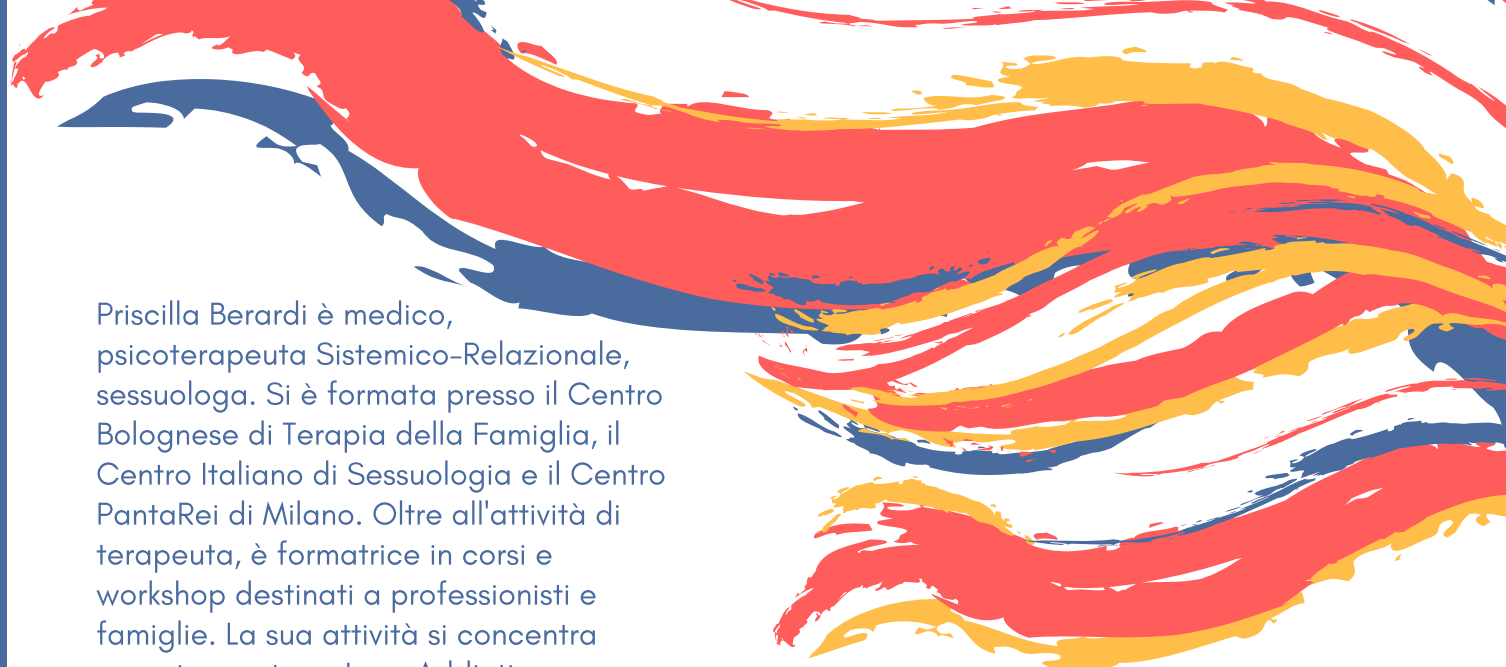
Durante gli incontri, oltre al dialogo, in momenti particolari per il gruppo potranno essere usate anche tecniche esperienziali ed esercizi che facilitino l'emergere di alcune emozioni o di alcune tematiche.

Il gruppo è formato da 7-12 partecipanti.

*La partecipazione al gruppo è compatibile con un eventuale percorso di terapia individuale svolto contemporaneamente.*

Tutte le attività e le condivisioni obbligheranno i partecipanti alla massima riservatezza sui contenuti del gruppo.

La quota di partecipazione mensile è di 70 euro (IVA non dovuta). Il colloquio preliminare è gratuito.



Priscilla Berardi è medico, psicoterapeuta Sistemico-Relazionale, sessuologa. Si è formata presso il Centro Bolognese di Terapia della Famiglia, il Centro Italiano di Sessuologia e il Centro PantaRei di Milano. Oltre all'attività di terapeuta, è formatrice in corsi e workshop destinati a professionisti e famiglie. La sua attività si concentra maggiormente su Love Addiction, immagine di sé, disabilità e gestione del Limite, sessualità, tematiche LGBT. Ha collaborato come ricercatrice in indagini psicosociali di argomento LGBT e/o legate alla disabilità. Collabora con *Fibromialgia. La Rivista italiana*.

Centro Bolognese  
di Terapia della Famiglia  
via Cairoli, 9  
Bologna


Per informazioni e prenotazioni:  
dott.ssa Priscilla Berardi  
info@priscillaberardi.it  
tel. 349 5455417

[www.priscillaberardi.it](http://www.priscillaberardi.it)  
[www.psicosessualità.it](http://www.psicosessualità.it)



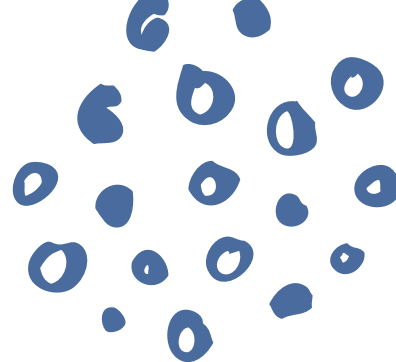

## Relazioni [in]dipendenti: percorso di gruppo su libertà e dipendenza nei legami affettivi

condotto da  
dott.ssa Priscilla Berardi



A volte non riusciamo a legarci saldamente a nessuno. Altre volte ci leghiamo troppo e soffriamo atrocemente ad ogni minimo distacco. Altre volte ancora ci leghiamo a chi ci fa soffrire, ma non riusciamo a separarcene, e restiamo in relazioni che ci consumano. Sono tutte facce della stessa moneta, che ci obbliga a chiederci "Ma capitano tutti a me?!". *Non capitano. Li riconosciamo. E loro riconoscono noi. Solo che non ce ne accorgiamo.*

Vorremmo una storia "normale", equilibrata, in cui amare e sentirsi amati gratuitamente, senza desiderare che il partner o la partner cambi per venirci incontro, senza sentire di dover continuamente aggiustare le cose. Vorremmo smettere di agire per meritarci attenzione e affetto e senza quella sottile, serpeggiante paura di essere abbandonati. Vorremmo smettere di accudire e salvare gli altri, scacciando quella stanchezza e quell'impressione di inefficacia.



A un certo punto un'idea si illumina dentro di noi: *vogliamo comprendere i nostri "perché" più profondi e realizzare un percorso di consapevolezza personale e crescita relazionale.*

### **Si può fare.**

Questo *gruppo di incontro, sostegno e terapia* è dedicato a tutte quelle persone che si trovano a vivere spesso questi stati d'animo, in questo tipo di relazioni, e vogliono un cambiamento: le persone che sono stanche di pensare "Non ce la faccio" e che avvertono la necessità di una spinta e di un accompagnamento che rinforzi la loro fiducia in se stesse.

## Obiettivi del gruppo

- Raccontare se stessi in un luogo protetto e non giudicante, trovare supporto, incoraggiamento e comprensione.
  - Maturare consapevolezza dei propri meccanismi relazionali e delle loro motivazioni profonde; allontanarsi da situazioni di sofferenza e/o abuso.
  - Imparare a gestire il dolore del distacco e la solitudine; scoprire le proprie capacità, risorse e talenti.
  - Maturare un'immagine di sé positiva, indipendente dall'approvazione esterna.
- 