



**Centro Berne**

L'Analisi Transazionale Relazionale

## **VIVERE ED ELABORARE IL LUTTO**

**WORKSHOP CONDOTTO DALLA DOTT.SSA MARIDA LELLA  
E DALLA DOTT.SSA ANNALISA VALSASINA**

La morte di una persona cara è un'esperienza di vita dolorosa e complessa: porta con sé molteplici emozioni e ci costringe al confronto con importanti temi esistenziali come il senso della vita, l'accettazione di eventi che non possiamo controllare e la fragilità insita nella natura umana.

Far fronte a questa esperienza può non essere facile, soprattutto nella nostra società, poco capace di parlare della morte e in cui spesso le persone non sono preparate ad accogliere e a "stare" con la sofferenza. Anche i ruoli che ricopriamo e le responsabilità verso chi è rimasto (genitori, figli, ecc.) possono non permetterci di vivere pienamente il dolore della perdita, rischiando di voler "uscire in fretta" dal lutto per recuperare rapidamente una vita "normale" ma senza in realtà essere in grado di farlo. Curare il distacco da chi non c'è più risulta invece molto importante ed è questo che la giornata vuole proporre: la separazione che il lutto comporta assume infatti un significato specifico per ogni persona, con ritmi e modalità del tutto individuali che necessitano di ascolto, comprensione, pazienza e delicatezza. Solo così sapremo creare "ponti" con le nostre precedenti esperienze di vita permettendo loro di non ostacolare il commiato ma, al contrario, di rendere possibile la sua integrazione nella nostra esistenza, sostenendo l'accesso alle nostre risorse e all'evoluzione personale. Il workshop intende offrire uno spazio protetto di condivisione di emozioni, difficoltà, considerazioni sul proprio lutto con persone che stanno attraversando lo stesso momento, al fine di dare un significato individuale all'esperienza vissuta e soprattutto focalizzare le risorse a disposizione per continuare a vivere.

**IL WORKSHOP SI TERRA' PRESSO IL CENTRO BERNE,  
PIAZZA VESUVIO 19 - MILANO  
SABATO 30 SETTEMBRE 2017 DALLE ORE 10,00 ALLE ORE 18,00**

**PREZZO: € 80,00**  
(metà all'iscrizione e saldo entro 10 giorni dalla data del workshop)

**PER STUDENTI E LAUREANDI IN PSICOLOGIA O MEDICINA: € 30,00**

**LE ISCRIZIONI SI CHIUDERANNO IL 20/09/2017**  
**IL WORKSHOP SI TERRA' SOLO SE VERRA' RAGGIUNTO UN NUMERO MINIMO DI PARTECIPANTI**

**CORSO DI AGGIORNAMENTO IN COUNSELING  
RICONOSCIUTO DA**

**-ASSOCOUNSELING-**

**(8 crediti formativi)**