

---

## Chi siamo

Simona Nocera e Gabriella Calabretti.

Psicologhe Psicoterapeute.

Svolgiamo attività clinica libero professionale a Roma.



## Cosa Facciamo

**Psicoterapia individuale e di gruppo** la motivazione può nascere da diversi motivi: momenti di passaggio, situazioni che irrompono all'improvviso (lutti, separazioni, perdita del lavoro, ecc.), difficoltà di scelta, ansia, insonnia, attacchi di panico, depressione, fobie, problematiche sessuali, disturbi psicosomatici, disagio relazionale. In psicoterapia è possibile analizzare insieme il disagio della persona, definire obiettivi perseguibili, progettare l'intervento psicologico più appropriato alla soluzione del problema.

**Psicoterapia di coppia** finalizzata al sostegno e all'ascolto della coppia che attraversa un momento di difficoltà: coppia di coniugi o conviventi di qualsiasi orientamento sessuale.

**Workshop e seminari** Incontri di gruppo su tematiche inerenti la vita quotidiana che mirano a favorire e potenziare il benessere. Rivolti a tutti coloro che hanno una motivazione alla crescita personale, al cambiamento e che amano mettersi in discussione.

Ci occupiamo anche di: **Psicodiagnosi, Sostegno alla Dieta, Tecniche di rilassamento, Consulenze per situazioni di Bullismo, Sostegno alla genitorialità naturale e adottiva, Blocco negli esami per studenti universitari**

*“Le pagine  
della nostra  
vita  
formano un  
intreccio  
unico.*



*Capirne il fascino  
può essere una forma di terapia  
straordinaria quanto efficace”*

*(E. Polster)*

---

**PER INFORMAZIONI E CONTATTI:**

**Dott.ssa Gabriella Calabretti 3406113774**

Via Vallarsa, 22

Metro B1 Conca d'oro

gcalabretti@gmail.com

**Dott.ssa Simona Nocera 3478647545**

Via Appia Nuova, 281

Metro A Ponte Lungo

nocera.simo@gmail.com

---

## Il mio Romanzo, la mia Vita



**GRUPPI ESPERIENZIALI  
DI  
PSICOLOGIA**

---

## *Il mio Romanzo, la mia Vita*



Avete mai pensato alla vostra vita come ad un romanzo?

Quante volte riuscite a soffermarvi sulla vostra storia e a percepirla interessante, finendo per restarne affascinati?

Raccontarsi, parlare di noi, è un bisogno profondo connesso al desiderio di esistere ed esserci nel mondo.

Attraverso cinque incontri esperienziali, con l'ausilio di giochi, esperienze guidate, film e libri diventeremo i romanzieri della nostra vita, riscrivendola per darle un senso, un significato unico ed irripetibile, quello della storia di ciascuno di noi.



### *Perché partecipare?*

Per ripercorrere insieme gli eventi e le emozioni che costituiscono i paragrafi della nostra storia, riscoprendo lo straordinario interesse che possiamo suscitare in noi stessi e negli altri.

### *Obiettivi*

- Riportare l'attenzione alla cura di sé
- Favorire il benessere personale attraverso la condivisione e lo scambio con gli altri

### *Programma degli incontri*

**PRIMO INCONTRO  
VENERDÌ 23 OTTOBRE  
H 18.30 - 20.00**

Il programma prevede **5 incontri di gruppo** con cadenza quindicinale. Gli incontri si terranno il **Venerdì** dalle 18.30 alle 20.00.



### *Iscrizione*

L'iscrizione comporta la partecipazione a tutti i seminari.



**E' NECESSARIA LA PRENOTAZIONE  
ENTRO  
IL 20 OTTOBRE  
TELEFONANDO A:**

Dott.ssa Simona Nocera **3478647545**

Dott.ssa Gabriella Calabretti **3406113774**

### *Costi*

Il costo complessivo è di 150 € (**30 € per ciascun incontro**).

È prevista una riduzione per chi sceglierà di pagare in un'unica soluzione tutti e cinque i seminari (130 anziché 150€).

### *Sede degli incontri*

**Casa delle Donne Lucha y Siesta,**

Via Lucio Sestio n° 10, Roma

Fermata Metro A Lucio Sestio