

GRUPPO DONNE 2025/26 (26° anno)

COS'È	• Un lavoro di conoscenza di sé e della propria realtà spesso negata a se stessi; • un lavoro di condivisione di pezzi di vita spesso celati nel profondo; • un processo di crescita che senza l'aiuto di qualcuno è difficile attuare; • provare emozioni in modo “diverso”, riconoscendo che quel modo è il proprio; • recuperare ciò che altri hanno detto di abbandonare e uscire da una grotta che si crede essere l'universo; • approfondire le proprie conoscenze superando la paura d'essere inadeguate. • un lavoro volto alla possibilità di poter approfondire le proprie conoscenze attraverso modalità di lettura “guidata”.																						
SCOPO	Aumentare la consapevolezza di sé e della propria storia: premessa di ogni sano processo di crescita.																						
MEMBRI	Donne con il desiderio di rivedere le proprie posizioni ed iniziare una rivisitazione – con l'aiuto di altre chiavi di lettura – della propria storia con particolare attenzione al presente.																						
MEZZI	I concetti teorici – L'interazione verticale – L'interazione gruppale – Video – Suggestimenti bibliografici																						
OBBLIGHI	Sincerità, soprattutto con se stessi.																						
DOVERI	• Rispettare l'altra e la sua intimità non riportando all'esterno storie, situazioni e fatti trattati nel gruppo. • Tentare di svelare qualcosa riguardo se stesse. • Avvertire in caso di assenza prevista. • Comunicare nel gruppo l'eventuale decisione di non parteciparvi più.																						
CONDUTTORE	dr. Maurizio Bottino (psicoterapeuta e formatore) ☎ 338.13.934.23 – ✉ maubot@tiscali.it																						
QUANDO	Partecipazione in presenza: i lunedì riportati nella tabella (salvo*: giorni diversi dal lunedì) Orario: 19.00 – 20.30 ca Nota: eventuali necessità di spostamenti di giorni e orari potranno essere considerati in accordo con le partecipanti.	<table><tr><th colspan="2">DATE DI SVOLGIMENTO</th></tr><tr><td>Ottobre</td><td>13, 20, 27</td></tr><tr><td>Novembre</td><td>10, 24</td></tr><tr><td>Dicembre</td><td>9*, 19*</td></tr><tr><td>Gennaio</td><td>12, 26</td></tr><tr><td>Febbraio</td><td>9, 23</td></tr><tr><td>Marzo</td><td>9, 23</td></tr><tr><td>Aprile</td><td>7*, 27</td></tr><tr><td>Maggio</td><td>11, 25</td></tr><tr><td>Giugno</td><td>8, 15</td></tr></table>		DATE DI SVOLGIMENTO		Ottobre	13, 20, 27	Novembre	10, 24	Dicembre	9*, 19*	Gennaio	12, 26	Febbraio	9, 23	Marzo	9, 23	Aprile	7*, 27	Maggio	11, 25	Giugno	8, 15
DATE DI SVOLGIMENTO																							
Ottobre	13, 20, 27																						
Novembre	10, 24																						
Dicembre	9*, 19*																						
Gennaio	12, 26																						
Febbraio	9, 23																						
Marzo	9, 23																						
Aprile	7*, 27																						
Maggio	11, 25																						
Giugno	8, 15																						
ALCUNI TEMI TRATTATI NELLE PASSATE EDIZIONI	I temi trattati si svilupperanno in funzione delle tematiche proposte dalle partecipanti. Definizione del concetto di desiderio e di egoismo – Contrapposizione tra giudizio esterno e desideri – La consapevolezza come mezzo per superare la pretesa di una soddisfazione proiettiva dei bisogni insoddisfatti. – Definizione del dolore (rispetto ai bisogni, desideri, sogni e progetti) – Il dolore trasformativo – Il meccanismo della proiezione – La visione dicotomica del dovere: normativo o progettuale – I passaggi del processo trasformativo – La dichiarazione della rabbia – La non accettazione delle realtà al presente – L'attribuzione delle vere responsabilità – La rinuncia alla pretesa – I bisogni invalidanti – Il presente: esserci – Darsi un valore – Avere o essere – Il senso di colpa – La sofferenza, condizione esistenziale di ricerca – I pezzi mancanti – La ricerca del “filo di Arianna” – I desideri attuali come ristrutturazione dei bisogni infantili – Gli incontri “casuali” – I ritmi interni ed esterni – La definizione dei confini – La pretesa – I rapporti fusionali – L'invidia – La distruzione dell'oggetto d'amore – L'umiltà – I passaggi rituali del tempo – I bilanci periodici – Il rispecchiamento e la dichiarazione di sé – La solitudine – La dichiarazione di sé – Metodologia dell'elaborazione – Il riconoscimento del cammino comune.																						
COSTI E PAGAMENTO	• Costo di ogni singolo incontro: 35,00. • Modalità: alla fine di ogni singola sessione di gruppo. • Nota: si pagano anche gli incontri in cui si è assenti.																						
ORGANIZZATORE	Formazione Puntopiù (https://formazionepuntopiu.it/) – formazione@puntopiu.eu – 338 988 5789																						