



Gli incontri si svolgono **ogni due settimane** per un'ora e venti minuti, il **lunedì alle 18:15**.

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 **6-8 partecipanti**.

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

I partecipanti sono chiamati alla **massima riservatezza** sui contenuti del gruppo.

La quota di partecipazione mensile è di 70 euro (2 incontri).

L'inserimento nel gruppo avviene dopo un **colloquio preliminare conoscitivo individuale**.

Il colloquio preliminare è gratuito.



**Priscilla Berardi** è medico, psicoterapeuta Sistemico-Relazionale, sessuologa. Ha studiato presso il Centro Bolognese di Terapia della Famiglia, il Centro Italiano di Sessuologia e il Centro PantaRei di Milano. E' diventata terapeuta Practitioner EMDR presso l'Associazione EMDR Italia dove continua ad approfondire e perfezionare la sua formazione. Ha acquisito competenze nella facilitazione di gruppi presso l'Associazione AMA. Oltre all'attività di psicoterapeuta, è formatrice in corsi e workshop destinati a professionisti e famiglie. La sua attività si concentra maggiormente su Love Addiction, immagine di sé, elaborazione del trauma, sessualità, tematiche LGBT. Ha collaborato come ricercatrice in numerose indagini psicosociali.

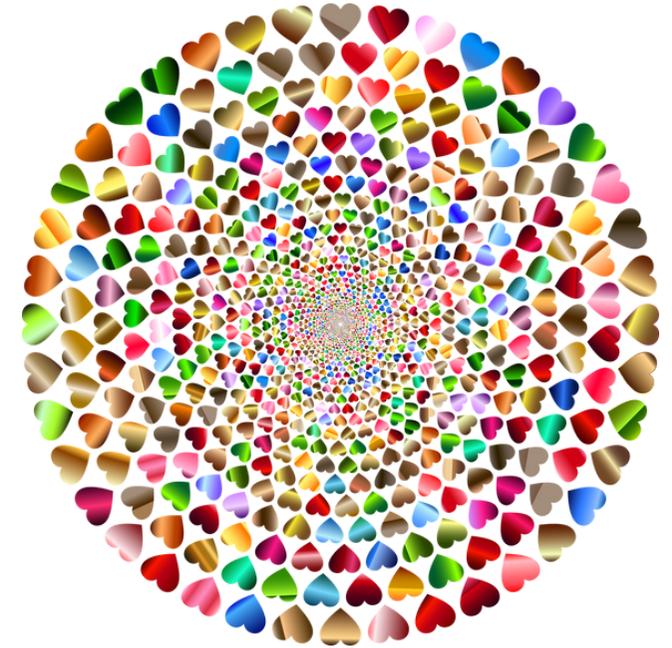
#### **Studio di Psicoterapia**

via Erbosa, 1 F  
Bologna

#### **Per informazioni e prenotazioni:**

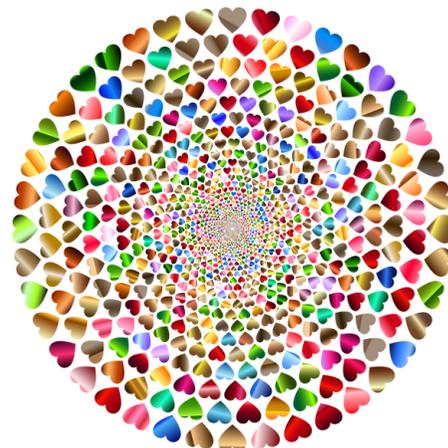
dott.ssa Priscilla Berardi  
info@priscillaberardi.it  
tel. 349 5455417

[www.priscillaberardi.it](http://www.priscillaberardi.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. Vorremmo una storia "normale", equilibrata, in cui amare e sentirsi amati gratuitamente, senza sentire di dover continuamente aggiustare le cose o dover chiedere al partner o alla partner di cambiare. 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, confronto, 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" o "Non vado bene" e che avvertono la necessità di una spinta e di un accompagnamento che rinforzi la loro fiducia in se stesse.

## Obiettivi del gruppo

- Raccontare di sé 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.

