



Incontrarsi 2023

ESPERIENZE IN GRUPPO PER CONOSCERSI

Il senso dell'incontro. La vita vera è fatta di incontri: *“Ogni persona che passa nella nostra vita è unica. Lascia sempre un po’ di sé e si porta via un po’ di noi: due anime non si incontrano per caso”* (J.L. Borges). Sappiamo altresì che *“le persone si incontrano quando hanno bisogno di incontrarsi”*, (P.Coelho) e come sostiene C.G. Jung *“l'incontro tra due persone è come il contatto tra due sostanze chimiche: se c'è una reazione, entrambe si trasformano”*. Incontrare l'Altro è un po' come *“essere tenuti svegli da un enigma”* (E.Levinas) mentre invece oggi *“il tempo in cui c'era l'Altro è passato. L'Altro come mistero, l'Altro come seduzione, l'Altro come Eros, l'Altro come desiderio, l'Altro come inferno, l'Altro come dolore scomparire”* (Byung Chul Han) e l'Amore stesso, che presuppone sempre un'alterità, non è possibile in un mondo di possibilità illimitate.

Le relazioni ferite. Ogni weekend di *“Incontrarsi”* inizia da una tematica centrale nella nostra vita quotidiana, da una ferita nella relazione, che in qualche modo non può non toccarci profondamente. A partire da questo stimolo approfondiremo le diverse esperienze e inizieremo a incontrarci nelle nostre diversità e a sperimentare nuove risorse. La partecipazione al gruppo favorirà lo sviluppo della capacità di entrare in contatto con l'altro al di là dei pregiudizi, comprendendone la diversità e stimolando il dialogo e la cooperazione. Il viaggio continuerà con la scoperta di come il nostro carattere ci renda rigidi nei comportamenti e nel modo di essere, trasformando spesso le difficoltà in problemi irrisolvibili e insormontabili; impareremo così a dialogare meglio con noi stessi mentre si apriranno nuove possibilità nella relazione con gli altri e con la vita.

Il gruppo come risorsa. L'esperienza della partecipazione al gruppo, così strutturata, aiuterà a sviluppare anche abilità specifiche per gestire e favorire la comunicazione nei diversi tipi di contesti gruppali che si frequentano nella propria attività lavorativa o nella propria vita quotidiana (sport, tempo libero, gruppi di genitori, di volontariato, artistici, ecc.). Acquisire specifiche abilità per facilitare la formazione e la crescita di gruppi di vario orientamento, costituisce oggi un patrimonio particolarmente utile visto il crescente bisogno di motivare un numero sempre maggiore di persone alla relazione, alla partecipazione e alla condivisione di esperienze, uscendo dall'isolamento e dalla solitudine.

All'interno di questa cornice esistenziale prende forma la proposta di un viaggio attraverso 10 temi indispensabili per costruire la relazione con l'altro a partire dalla relazione con noi stessi:

1. 28-29 gennaio **LE RADICI FAMILIARI: legami e libertà**
2. 25-26 febbraio **LE RELAZIONI DIFFICILI: coinvolgersi e diffidare**
3. 25-26 marzo **LA COPPIA: illusione e delusione**
4. 22-23 aprile **IL CONFLITTO: competere ed evitare**
5. 20-21 maggio **IL GRUPPO: stare soli e stare con gli altri**
6. 17-18 giugno **ALLA SCOPERTA DEL CARATTERE**
7. 22-23 luglio **LA RESPONSABILITÀ: dire la verità e mentire**
8. 2-3 settembre **IL DESTINO: il controllo e il caso**
9. 7-8 ottobre **L'IDENTITÀ: divenire ciò che sei**
10. 11-12 novembre **IL PROGETTO DI VITA: coinvolgimento e paura di fallire**

Destinatari: Il percorso si rivolge a tutti coloro che sono interessati al tema delle relazioni e a un cammino di sviluppo e di crescita personale.

Costi: 120 euro ogni w.e.

Orari: sabato 14,30 - 19,30 / domenica 10 - 18

Sede: Istituto Mille e una meta - via L. Cambini, 44 - P.I° - LIVORNO - Tel. e Fax 0586 995.501

Web: www.cgvclaudionaranjo.it -  Centro Gestalt viva CGV  [cgv_claudio.naranjo](https://www.instagram.com/cgv_claudio.naranjo)

Le ore di frequenza al gruppo, compatibilmente con il proprio titolo di studio, potranno essere riconosciute come credito formativo utile per completare altri percorsi formativi.

Conduttori del gruppo

Claudio Billi e **Francesca Belforte**, psicologi psicoterapeuti, sono Direttori della Scuola di Specializzazione in Psicoterapia della Gestalt CGV Claudio Naranjo; fanno parte dell'equipe di docenti e collaboratori del Programma Internazionale SAT. Dal 1998 sono Direttori dell'Istituto "Mille e una meta" di Livorno; lavorano prevalentemente nell'ambito della psicoterapia con adulti e della psicoterapia di coppia.

