

“Ascoltarsi ed ascoltare: la persona al centro della propria vita”

La Dott.ssa Sara Rizzo e la Dott.ssa Olga Solmi
propongono nel mese di **Ottobre** i seguenti incontri **gratuiti**:

Il corpo ci parla e
noi come lo
ascoltiamo?

Data: **Martedì 09 Ottobre**
Orario: **20:30-22:00**

A chi di noi non è capitato di avere un mal di testa insistente, un dolore ai denti appena svegli la mattina, dolori addominali, difficoltà durante i rapporti sessuali? Approfondiremo il tema del sentire il proprio corpo da diversi punti di vista, comprendendo meglio la relazione tra corpo e mente scoprendo cosa sono **allessitimia**, **somatizzazione** e **ipocondria**.

La frenesia del
comunicare,
dov'è finito l'ascolto?

Data: **Lunedì 15 Ottobre**
Orario: **20:30-22:00**

Nella società della pervasività tecnologica, l'ascolto è diventato più difficile; i rumori e le grida coprono le parole, le troppe immagini offuscano e disorientano lo sguardo. La consapevolezza dell'ascolto di noi stessi e degli altri costituisce elemento imprescindibile per creare nuove relazioni e consolidare quelle in essere, e benché sia più facile creare nuove relazioni paradossalmente ci sentiamo tutti più soli. Nell'incontro verranno illustrati alcuni fenomeni come la **bedroom culture**, la diffusione delle **fake news** e il **ghosting**.

Un esempio di
ascolto interrotto:
il lutto

Data: **Lunedì 22 Ottobre**
Orario: **20:30-22:00**

Impieghiamo tanto a costruire legami dove sentirsi visti e ascoltati per dare un senso alla nostra esistenza ma se questi “*ci vengono portati via*” come possiamo reagire? Durante l'incontro daremo valore a ogni forma di lutto, che esso sia **umano** o dell'**animale da compagnia**, e ci concentreremo sulle **risorse** che possiamo mettere in atto per fronteggiarlo.

Gli incontri si terranno in **Via Darsena 45 int. 1 a Ferrara**

(adiacente Parcheggio Centro Storico “Kennedy” e Ex-MOF)

presso lo Studio di Psicologia e Psicoterapia Dott.ssa Olga Solmi

PER INFO & ISCRIZIONI manda una mail o un WhatsApp a:

o.solmi@gmail.com; 333/6492376 (Dott.ssa Olga Solmi, Psicologa-Psicoterapeuta)

psi.sararizzo@gmail.com; 347/3051516 (Dott.ssa Sara Rizzo, Psicologa--Psicoterapeuta)

Non ti è possibile venire all'incontro serale?

Su richiesta se raggiunto un numero di 4 partecipanti verrà replicato
lo stesso incontro il sabato mattina dalle h. 10:30-12:00!