

GRUPPO DI PSICOTERAPIA:

**UNO SPAZIO SICURO, UN SOSTEGNO,
UN'OPPORTUNITÀ!**



condotto da
Gennaro Di Bonito
Psicologo, Psicoterapeuta della Gestalt

c/o Studio Monti
Via Carlo Porta 7/A – Bologna

Come raggiungere lo studio:

in auto: a pochi minuti dall'uscita 6 della
tangenziale di Bologna

con i mezzi pubblici: a dieci minuti dalla
stazione ferroviaria di Bologna (linea 27, 62,
95, 97 direzione Corticella)

ULTERIORI INFORMAZIONI SU QUANTO PROPOSTO:

- ✓ L'inserimento all'interno del gruppo avverrà previo colloquio individuale gratuito.
- ✓ È possibile inserirsi in ogni momento in un gruppo già formato e, qualora non ci fossero posti disponibili ne partirà uno nuovo al raggiungimento di almeno 6 partecipanti.
- ✓ Chi è in psicoterapia individuale con altro professionista può partecipare al gruppo previo suo parere positivo.

Chi sono:



Mi chiamo Gennaro Di Bonito e sono uno psicologo e psicoterapeuta individuale e di coppia. Conduttore di gruppi di psicoterapia e di formazione. Mi sono formato presso l'IGF in psicoterapia della Gestalt. Ho partecipato a incontri, convegni e workshop esperienziali con psicoterapeuti di fama internazionale tra cui Erving Polster, Claudio Naranjo, Jacques Pluymaekers, Sergio Mazzei e Maria Grazia Cecchini.

PSICOTERAPIA DI GRUPPO



Incontri della durata di 2h e mezzo / 3h
in base al numero dei partecipanti

c/o Studio Monti
in Via Carlo Porta 7/a – Bologna

GRUPPO APERTO

Per info, costi e prenotazioni:

mail : info@vivereconsapevolmente.it
tel.: 347-9745825

A cosa serve?

Sono tanti i motivi che possono spingerci ad iniziare questo percorso, ad esempio:



- ✓ Intraprendere un percorso di consapevolezza e crescita personale;
- ✓ Disagio esistenziale e/o relazionale
- ✓ Superare un momento difficile della propria storia di vita (un evento traumatico come un lutto, una separazione o una malattia, ma anche problemi lavorativi e/o familiari, ecc.);
- ✓ Superare un qualsiasi disturbo di natura psicologica (fobie, disturbi d'ansia, depressione, disturbi alimentari, ecc.)
- ✓ Favorire una migliore accoglienza interiore delle emozioni considerate 'negative' o dannose (rabbia, dolore, rancore, rassegnazione, ecc.)

In che modo?

Verranno usati i seguenti strumenti:

- ✓ Psicoterapie individuali in gruppo
- ✓ Lavori di gruppo
- ✓ Fantasie guidate
- ✓ Esercizi di consapevolezza
- ✓ Drammatizzazioni
- ✓ Lavori col corpo
- ✓ Tecniche creative, espressive e di gioco



Perché?

La psicoterapia di gruppo può essere abbinata ad una psicoterapia individuale, ma è estremamente efficace anche da sola.

Questa modalità di lavoro è estremamente potente in quanto il gruppo amplifica e fa da cassa di risonanza delle emozioni, pensieri e sensazioni corporee dei singoli e allo stesso tempo le accoglie e contiene. Il lavoro in gruppo, inoltre, da una parte permette di vedere con più chiarezza le proprie dinamiche relazionali e lavorarci su e dall'altra dà la possibilità di mettersi in gioco e lavorare nella misura in cui si vuole e/o ci si sente in grado senza alcuna forzatura.

Anche il lavoro di un altro, in ogni caso, può permettere di lavorare su sé stessi in quanto le esperienze e le difficoltà altrui spesso risuonano dentro di noi e ci ricordano qualcosa che ci appartiene. In un gruppo di terapia non c'è giudizio e quello che accade al suo interno non viene raccontato al di fuori. Il gruppo può essere una risorsa, uno spazio sicuro, un sostegno, un'opportunità.