

# IL GRUPPO DI PSICOTERAPIA AD INDIRIZZO ANALITICO TRANSAZIONALE

## Cos'è?

Il gruppo di terapia è un luogo di riflessione psicologica e di condivisione del mondo psichico e relazionale.

## Cosa si fa?

I partecipanti sono invitati a raccontare le difficoltà relazionali, affettive o personali che incontrano quotidianamente per ragionare con il terapeuta e con i compagni di gruppo e ricercare il cambiamento personale.

Al fine di avviare il processo di trasformazione si analizzano gli **stili comunicativi individuali**, le **emozioni** abitualmente represses, i **ruoli psicosociali** (Vittima, Salvatore o Persecutore) tipicamente messi in gioco da ciascuno nelle relazioni, il **copione di vita** di ogni partecipante, che si manifesta chiaramente nelle dinamiche ripetitive e dolorose che ciascuno ha vissuto.

Si utilizza, non solo il dialogo, ma anche tecniche di drammatizzazione o gestaltiche (la tecnica della sedia bollente o quella delle due sedie) ed esercizi psicologici, al fine di facilitare l'autoriflessione.

## Quando?

Il gruppo si incontra due volte al mese: il venerdì dalle 18, 30 alle 20.30

## Come si accede al gruppo?

Chi desidera partecipare deve effettuare uno o due colloqui di conoscenza e orientamento al percorso

È possibile inserirsi nel gruppo anche durante il percorso.