



In Separabili

"In-separabili" è un progetto nato dalla volontà di sostenere, attraverso un laboratorio psico-terapeutico di gruppo, coloro che si trovano in grande difficoltà a separarsi.

È un vero e proprio lutto quello della separazione, sia che ne siamo agenti attivi, desiderando di allontanarci da qualcuno, sia che la subiamo venendo rifiutati o abbandonati.

Genera moltissima sofferenza anche separarsi da un amore idealizzato o non corrisposto, separarsi da un amante per cui stiamo rischiando di perdere tutto ciò che abbiamo costruito, separarsi da una persona che non abita più su questo pianeta.

L'impossibilità di lasciar andare qualcuno dal nostro quotidiano può richiamare la dipendenza, non è così? A volte infatti non basta volerlo, bisogna anche darsi il permesso di trasformare la nostra vecchia identità "fusa con" quella persona, facendo spazio per far emergere la nostra nuova identità "separata da" quella stessa persona.

Occorre quindi molta esperienza di consapevolezza: autenticità, centratura, fiducia, un vocabolario emotivo, resilienza al senso di colpa, presenza e non ultimo, anzi per cominciare, una profonda capacità di accettazione e perdono... tutte qualità che si possono meglio acquisire in gruppo che da soli.

Il percorso proposto è a numero chiuso e strutturato in tre incontri mensili, in presenza e/o online a seconda delle possibilità concesse dai Decreti Ministeriali a causa dell'emergenza Covid-19. È riservato a partecipanti che si trovano a dover affrontare la separazione da qualcuno.

La permanenza in gruppo per ogni partecipante non ha una durata minima, tuttavia ha una durata massima di quattro stagionalità: ognuno comincerà questo processo dal suo personale autunno, il suo 'giorno uno' (indipendentemente dalla data in cui entrerà nel gruppo) passando attraverso l'inverno, la primavera e infine l'estate che ospita il giorno più luminoso dell'anno, tanta luce dentro di sé per camminare di nuovo e finalmente da solo!

Il tempo limitato a disposizione di ciascuno per elaborare il proprio lutto, all'interno del gruppo di lavoro, gli ricorda che la vita è adesso e ha un termine, come pure l'opportunità di viverla da persona libera.

Per capire meglio di cosa si tratta, conoscere le date e gli orari del gruppo, nonché i costi, contattate il conduttore.

Davide Casati

Studio Olistico di Psicoterapia CasatiGroup

Via Enrico Forlanini 4, Padova. Tel. 347-0329690

dott.davidecasati@gmail.com

Dott. Davide Casati - Albo Psicologi del Veneto n. A 4838

www.psicologoapadova.it

www.studiocasatigroup.it

"Questo è l'unico compagno di viaggio e c'è sempre stato,
ogni storia che hai vissuto, ogni passaggio è tatuato.
Questa è l'unica che hai: la nostra pelle è un quadro."

Ex-Otago

