

## **Il Lutto**

Il lutto è una dimensione esistenziale di cui tutti facciamo esperienza perché fa parte della vita. Possiamo vivere il lutto in modo diretto, per la perdita dei nostri cari, o indiretto, nel nostro stare accanto a chi vive a sua volta una perdita.

Eppure già la parola evoca significati dolorosi che vorremmo non dover affrontare o avvicinare mai; le domande dei bambini e dei ragazzi, di fronte al mistero della vita e della morte, ci mettono in difficoltà e ci trovano spesso 'balbuzienti'.

Da queste premesse nasce allora la proposta e il desiderio di concedersi un luogo e un tempo di gruppo in cui affrontare questo tema per poterlo guardare forse più serenamente negli occhi ed essere più consapevoli di noi stessi.

Crediamo che parlare di morte e di lutto possa aiutare ad affrontare meglio la vita.

### **Obiettivi:**

- ricevere informazioni circa i temi psicologici legati al lutto
- approfondire e condividere i propri vissuti emotivi
- costruire strumenti per affrontare il tema del lutto nelle relazioni educative

### **Metodologia:**

Accanto a contributi teorici si prevedono esperienze guidate in gruppo

### **Destinatari:**

Chiunque sia interessato ad approfondire il tema per motivi personali o professionali

## **Paradigma di riferimento**

L'approccio umanistico rogersiano affonda le sue radici nella fenomenologia, dando centralità alla persona nella sua interezza, ovvero nelle sue dimensioni cognitive, emotive e relazionali. L'assunto di base è il riconoscimento dell'individuo come soggetto libero e responsabile, agente di cambiamento. Tramite l'empatia e l'accettazione la persona si sente capita nel profondo e accompagnata nel contattare le proprie emozioni che diventano così affrontabili e portatrici di nuovi significati che possono promuovere la realizzazione di ciò che si è.

### **Gruppo d'incontro per persone in lutto**

Verrà avviato, al termine e come eventuale proseguimento del percorso psicoeducativo, un gruppo di incontro per persone in lutto, aperto a chiunque volesse approfondire, in una dimensione di parità e reciprocità, i propri vissuti di fronte alla Perdita.

Lo scopo del gruppo di incontro è quello di creare le condizioni affinché le persone si incontrino nei loro vissuti più profondi, nelle loro emozioni attraverso il gruppo stesso che funge da cassa di risonanza emotiva. I gruppi di incontro sono uno strumento rogersiano e vengono condotti da psicoterapeuti che hanno la funzione di facilitare la libera espressione delle emozioni in un luogo protetto e non giudicante.

Per informazioni contattare i recapiti indicati.

**Nicoletta Allegri** Psicologa e psicoterapeuta rogersiana, libera professionista si occupa di adulti, infanzia e tematiche educative.

**Cecilia Sivelli** Psicologa e psicoterapeuta rogersiana, libera professionista si occupa di psico-oncologia e consulenza al lutto a Parma e presso l'Azienda Ospedaliera di Cremona.

Per assicurare il buon funzionamento del percorso è necessario prenotarsi e garantire la presenza a tutte le date:

- **Venerdì 10 aprile ore 18-20**
- **Sabato 11 aprile ore 14-18**
- **Venerdì 17 aprile ore 18-20**

Presso **Studio di Counselling e Psicoterapia**  
Via Monte Santo 13 - 43125 Parma



[www.counsellingepsicoterapia.com](http://www.counsellingepsicoterapia.com)

**Costo:** € 80,00

### **Per informazioni e prenotazioni:**

Nicoletta Allegri: 329 4055055

E mail: [nicoletta.allegri@gmail.com](mailto:nicoletta.allegri@gmail.com)

Cecilia Sivelli: 340 5593500

E-mail: [ce.sivelli@fastwebnet.it](mailto:ce.sivelli@fastwebnet.it)

# ***Danza la notte verso l'alba***

***Percorso psico educativo sul tema del lutto e della  
perdita***



*“Nella persona vi è una forza che ha una direzione fondamentale positiva.*

*Più l'individuo è capito e accettato profondamente, più si muove in una direzione positiva, di miglioramento”*

*Carl Rogers*