

“LOV LAB”

“Sostegno alla coppia “



Amare ci riempie di forza, di energia e di coraggio, ci fa rimboccare le maniche e lottare, ci fa mettere la felicità dell'altro prima della nostra e l'orgoglio da parte.

No, non è sbagliato amare qualcuno con tutto il nostro cuore!

La mancanza di reciprocità è sbagliata ... e sentire quel dolore, quella delusione e la disattesa di non essere corrisposti.

L'unica cosa fondamentale che dovremmo imparare è quella di rispettarci, di riconoscerci il valore che meritiamo amandoci.

Se non riusciamo a vedere tutta la bellezza, la magia e il valore che c'è in noi, nessun altro/a lo vedrà.

Cosa intende proporre il nostro per-corso

- ✓ Il passaggio dalla dimensione individuale, alla dimensione di coppia.
- ✓ Monitoraggio dei bisogni esistenti nella coppia.
- ✓ Il passaggio tra aspettative idealizzanti, all'accettazione del disincanto.
- ✓ Apprendimento di abilità comunicative per una fluida comunicazione della coppia.
- ✓ Incomunicabilità, conflitti causati da ansia e stress.
- ✓ La crisi intesa come opportunità per attuare un cambiamento migliorativo.
- ✓ Aiutare entrambi i partner ad aumentare l'empatia riconoscendo e legittimando i bisogni dell'altro.
- ✓ Cosa ha innescato il distacco e la lontananza.
- ✓ Attuare delle strategie stimolanti e appaganti per ritrovare l'intesa.
- ✓ Ascoltare ed aiutare la coppia al superamento di una situazione critica verso una maturità affettiva

I dieci incontri saranno settimanali
orario e giorni da definire.