



Sostenere le donne che sentono il bisogno di rimettersi in gioco

che vogliono riaprire il cassetto dei sogni e dei desideri, abbandonato per dedicarsi alla soddisfazione di vissuti più importanti, per occuparsi della famiglia o per aver attraversato un momento di crisi.

Quale intervento

All'interno di un contesto di sole donne si affrontano i vissuti passati e presenti ma con una prospettiva legata al futuro.

La prima fase è legata alla conoscenza di se stessi attraverso il confronto con gli altri, partendo da una maggiore consapevolezza di chi siamo, come ci percepiamo e come ci percepiscono gli altri, per prendere forza e sicurezza, e affrontare la stesura degli obiettivi con maggiore lucidità. Tutto ciò passa attraverso l'espressione emotiva legata alla fase del ciclo vitale che stiamo attraversando e attraverso la consapevolezza delle nostre aspettative legate sia al passato che al futuro.

In una seconda fase si mettono in campo le risorse e le competenze relazionali, attraverso una proiezione al futuro, lasciando libero sfogo all'immaginazione e alla fantasia.

Nell'ultima fase si elaborano i bisogni, le difficoltà nel soddisfarli e l'elaborazione di strategie per il raggiungimento degli obiettivi.

Rivolto a gruppi di 6/8 donne di qualsiasi età

Incontri a cadenza settimanale

Per maggiori informazioni
www.vivereimpresa.it
info@vivereimpresa.it

 Vivere Impresa nonprofit 

Daniela Olivieri

Psicologa Psicoterapeuta
Psicologa dello Sport
Consulente e perito
forense

