

Incontro ad ingresso libero

Presso Sala Polifunzionale Associazione Corale Intonando, strada Guarene 9, Mussotto d'Alba

Mercoledì 4 ottobre alle ore 20.30

Alessandra Bortolami: Professional Counselor

Claudia Molino: Professional Counselor

“Mal d'Amore”

Riconoscere il disagio nelle relazioni affettive

Quello del **disagio affettivo** è un tema che riguarda tanti di noi. Si può esprimere in tutte le relazioni: con il partner, con gli amici, tra genitori e figli, ogni volta che viviamo l'amore in modo frustrante e non sano. In un legame che stringe, anziché liberare, si altera l'equilibrio tra il dare e il ricevere, delegando interamente all'altro il compito di colmare il nostro vuoto interiore. Inizia così a crearsi dipendenza.

Anche nei momenti di separazione e di distacco si può vivere un disagio per la difficoltà di lasciare andare.

Vivere una relazione in modo efficace e sano non vuol dire cambiare l'altro, ma imparare ad **accettare e amare prima di tutto se stessi**. Il disagio affettivo può essere affrontato, elaborato e trasformato in quel sentimento autentico che si chiama **Amore**, nutrito giorno dopo giorno da un rapporto gratificante e sereno con gli altri.

Di questo ed altro parleremo durante l'incontro.

**Per gli interessati è previsto un percorso esperienziale nelle
seguenti date: Martedì 16 e 30 gennaio, 13 e 27 febbraio 2018
dalle ore 19.00 alle ore 22.00**

Per informazioni e adesioni alla serata:

alessandra_bortolami@yahoo.it; 338.5089689;

claudia.molino@gmail.com; 333.1696475