

**Quando l'amore
viaggia contromano**

*"Vittima dell'amore,
vedo un cuore spezzato.
Hai una storia da raccontare.
Vittima dell'amore:*

*è una parte così facile e tu
sai recitarla così bene.
...Credo che tu sappia cosa intendo.*

*Stai camminando sul filo fra dolore e
desiderio, in cerca di amore"*

(Victim of Love)

La paura ci trattiene

**La paura di abbandonare
ciò che siamo sempre stati,
che abbiamo pensato e sentito,
ci trattiene dal realizzare il cambiamento
che ci trasformerebbe in persone
più sane, sicure, sincere.**

(R.Norwood)

**"Smetti di drogarti con l'amore
solo quando smetti di stare fermo
a pretendere che un altro ti salvi
e ti curi e,
decidi di riempire quel vuoto
che nessuno può colmare
se non te stesso,
quando impari ad amarti."**

(Dtt.ssa F. Solcà)

Gruppo Auto Aiuto

Dipendenza Affettiva

Ticino

Ama.abilmente@gmail.com



Trasformare il disagio in risorsa

Contatto: **Laura +78 847 31 43**

Le relazioni affettive bloccate
o conflittuali,
sia di coppia che familiari,
possono creare momenti
di grande sconforto.



*Spesso il senso di colpa prende il sopravvento
e porta ad interrogarsi con molta sofferenza
circa il proprio modo di amare, facendo oscillare,
chi vive questa esperienza, tra il desiderio di fuga
e il bisogno di riavvicinamento.*

I gruppi

Offrono uno spazio in cui
ogni partecipante sia libero
di esprimere la storia del proprio
dolore,
dei propri sentimenti,
emozioni e difficoltà.

Favoriscono l'ascolto
delle altre persone
perché da questo nascono
solidarietà,
il sostegno reciproco, la forza.

Individuano modalità costruttive
per gestire momenti di sofferenza
e di solitudine.

I valori

Il rispetto: la differenza è la risorsa principale.

La fiducia: ogni partecipante può esprimere liberamente sentimenti ed emozioni senza essere giudicato.

Il legame: all'interno del gruppo i partecipanti sono coinvolti in una relazione profonda.

La riservatezza.

