



LIBROTERAPIA

Istruzioni per la partecipazione

Gentili partecipanti,

è con grande piacere che vi do il benvenuto al Gruppo di Crescita Personale LIBROTERAPIA, un'occasione per leggere e rileggere insieme testi di letteratura contemporanea di interesse psicologico.

Il nostri incontri si svolgeranno sulla piattaforma Google Meet

(<https://meet.google.com/>) che vi invito a scaricare gratuitamente:

(Per Android, su Google Play)

<https://play.google.com/store/apps/details?id=com.google.android.apps.meetings&hl=it&gl=US>

(Per IOS, su Apple Store): <https://apps.apple.com/it/app/google-meet-originale/id1013231476>

Gli incontri si svolgeranno di **Mercoledì dalle 20:30 alle ore 22:00** (la stanza sarà aperta dalle 20.25), nelle seguenti date:

20 Novembre OPEN DAY di presentazione gratuito dell'attività

4 Dicembre – Primo incontro

8 Gennaio - Secondo incontro

5 Febbraio - Terzo incontro

5 Marzo - Quarto incontro

2 Aprile - Quinto incontro

Riceverete il link di invito alla riunione il giorno prima dell'incontro

Non è obbligatorio aver già letto il libro dell'incontro per partecipare, *ma è comunque consigliato.*

E' possibile intervenire liberamente nello spazio dedicato alle condivisioni dei partecipanti, **nell'osservanza di poche regole** fondamentali per aiutare il moderatore a gestire lo spazio comune:

- mantenere l'audio disattivato mentre si ascolta;
- lasciar terminare chi parla senza sovrapporsi;
- avere un atteggiamento sereno e rispettoso verso gli altri partecipanti e le loro condivisioni.

Per qualsiasi ulteriore informazione mi potete contattare al seguente indirizzo mail:
isaelenaricci@gmail.com Vi attendo on line! A presto!



Dott.ssa Isabella Ricci

Psicologo e Psicoterapeuta - Iscrizione Albo: Lazio nr. 15743

Psicologo di Base della sede di Roma Piazza Bologna Trieste

Psicoterapeuta a orientamento cognitivo-post razionalista ed Istruttrice Mindfulness. Il mio lavoro consiste nell'aiutare le persone ad affrontare il disagio psichico e a superare sintomi e difficoltà esistenziali. Dopo quindici anni di esperienza maturata in contesti clinici, come la C.d.C. Samadi, la Comunità Terapeutica Maieusis, il Centro Lucio Bini per il disturbo bipolare, mi sono formata nell'ambito dello sviluppo personale e del benessere psicologico. Oggi il mio lavoro coniuga l'esperienza clinica a quella nell'ambito della Psicologia della Salute per condurre le persone verso la migliore versione di sè, in relazione alle possibilità di cambiamento individuali.

PROGRAMMA DEL GRUPPO DI CRESCITA PERSONALE “LIBROTERAPIA”

Primo Incontro

Chiara Gamberale, "Per dieci minuti"

Cosa fare quando la vita ci toglie le nostre certezze e ci fa scivolare nel vuoto, anche se sei una scrittrice di successo come Chiara Gamberale. Una storia di resilienza e crescita personale

Secondo incontro

J. Williams "Stoner"

La vita di un professore, un uomo normale, una storia di straordinaria autenticità, che lo rende un personaggio che ci resterà nella memoria e nel cuore

Terzo incontro

A. Baricco "Questa storia"

Vivere affinché la vita collimi con i propri sogni, questa è la sfida di Ultimo Parri e di suo padre e “Questa storia” è la loro appassionante vicenda

Quarto incontro

J. Hart, "Ricostruzioni"

Un fratello e una sorella, il loro riunirsi dopo vicende personali che diviene ripercorre e confrontarsi con la storia delle loro figure genitoriali scomparse

Quinto incontro

P. Cognetti “Le otto montagne”

La vicenda di due giovani Pietro e Bruno, due caratteri opposti e due stili di vita completamente diversi, storia di un'amicizia, di un destino e dell'amore per la montagna