



CHI SIAMO

Siamo un gruppo di coppie che hanno compreso l'importanza del prendersi cura di se stessi e della propria relazione. Dal 2010 ci prendiamo cura delle coppie, con proposte formative esperienziali. Ci sentiamo **compagni di viaggio** con esperienze e competenze. Mettiamo a disposizione le nostre professionalità per offrire ad altre coppie un percorso di evoluzione e miglioramento personale orientata a un cammino di vita comune.

LA NOSTRA VISIONE

La coppia è un'esperienza di movimento, cambiamento di forma, possibile evoluzione.

Coltiviamo il desiderio di una coppia che non subisca le fasi e le eventuali fatiche del proprio ciclo di vita ma le attraversi con flessibilità, consapevolezza e fiducia.

Sostare per nutrirsi e ritemprarsi può essere utile a prevenire le difficoltà che si possono presentare nella vita familiare e un'occasione per riprogettare il proprio futuro personale e di coppia.

IL METODO

Il metodo offerto è di tipo esperienziale improntato a una visione positiva della vita, alla valorizzazione delle risorse, alla riflessività, a rafforzare la capacità di scelta, all'assunzione di responsabilità, al miglioramento delle competenze e delle conoscenze.

Utilizziamo tecniche attive e coinvolgenti, ci avvaliamo di schede, slide, immagini artistiche, brani musicali e poetici, spezzoni di film, visualizzazioni.

Le attività si svolgono a livello individuale, di coppia e di gruppo.

E' IL GRUPPO CHE AIUTA

Le esperienze che proponiamo sono di gruppo con l'aiuto di un facilitatore.

Lavoriamo con **gruppi di piccole dimensioni** (almeno 4 coppie, massimo 8) per favorire migliore scambio tra i partecipanti, relazioni significative e apprendimento in un contesto che vuol essere di comunità di pratica. Nel patto iniziale chiediamo riservatezza e assenza di giudizio.

I TEMI CHE AFFRONTIAMO

Sono riferiti alla vita di coppia, all'identità e all'attualità sociale tra cui:

L'ascolto

La comunicazione

Il dialogo

La gestione dei conflitti

La comprensione e gestione delle emozioni

L'attenzione all'identità di genere

La generatività

Le relazioni

La dimensione sociale e solidale della coppia

L'influenza delle famiglie di origine



E PER I BAMBINI?

Offriamo un servizio di animazione educativa contemporaneo ai corsi, proponendo anche ai figli attività parallele, coerenti con i temi della giornata vissuta da mamma e papà.

E DOPO GLI INCONTRI?

Non ci limitiamo alla formazione diretta: attraverso l'ascolto attivo possiamo offrire momenti di orientamento a interventi complementari e successivi, realizzati in proprio o da altri (*counseling* di coppia e individuali, mediazione familiare, invio ad altri professionisti etc.).

A CHI CI RIVOLGIAMO

A coppie sposate, di fatto, nascenti, coppie ricomposte, a fidanzati, di tutte le età e qualunque sia la durata del legame di coppia.
Le nostre proposte possono essere inserite nei percorsi prematrimoniali.

COSA FACCIAMO

- incontri residenziali nel fine settimana
- giornate formative
- incontri di orientamento
- webinar interattivi
- counseling individuale e di coppia
- incontri in loco su richiesta

INFO E CONTATTI

mail: lauramontini55@gmail.com
Cell: 339-7296167

FORMAZIONE ATTIVA PER COPPIE

