

SOSTARE IN EMERGENZA



Eccoci arrivati al nostro *quarto appuntamento!*

Il lavoro, la scuola, la nostra quotidianità... sono tutti aspetti che sono stati limitati da questa particolare situazione e di conseguenza anche **le nostre relazioni** si sono modificate e qualche volta sono state ostacolate.

L'essere costretti a rimanere in casa per molto tempo, talvolta, ha influenzato il nostro modo di relazionarci con gli altri.

Questi cambiamenti hanno riguardato sia le persone che vivono da sole, sia chi vive con i propri familiari, coinquilini o compagni.

Sia nei contesti domestici più tranquilli che in quelli meno sereni, a causa di questa situazione così inattesa, possono essersi manifestate differenti reazioni. C'è chi si è chiuso in se stesso, allontanandosi dagli altri, e chi invece ha approfittato della quarantena per riscoprire alcuni legami perduti o indeboliti dalla frenesia della vita di tutti i giorni.

Considerando che le relazioni interpersonali possono aver subito dei cambiamenti, abbiamo pensato di suggerirti alcuni spunti di riflessione (ma puoi anche pensarne altri):

- In questo periodo ho riscoperto dei legami...
- La mia solitudine mi ha fatto capire che...
- Durante la quarantena la mia vita di coppia....
- Con gli altri mi sento....
- Durante questo periodo alcune relazioni....

Puoi condividere con noi questo momento, inviando una mail a psi.scolastica@ordinepsicologiumbria.it, scegliendo la modalità di condivisione che preferisci:

- In forma scritta: breve racconto, poesia, una lettera... (massimo 280 parole)
- Condividendo un'immagine
- Mediante un messaggio vocale di massimo 3 minuti (poesia, canzone, parole...)

La tua privacy verrà garantita secondo la normativa vigente.

I contributi che invierai, da noi raccolti in una sintesi proficua, diventeranno oggetto di un lavoro che ti proporremo

- sul sito della tua scuola
- sulla pagina Facebook Ordine Psicologi Umbria
- sul sito dell'Ordine www.ordinepsicologiumbria.it