



BIOENERGETICA E ARTE

I COLORI NELL'INCONSCIO NEL CORPO NELL'ANIMA

SEMINARI DI APPROFONDIMENTO IN
ESPRESSIVITÀ RELAZIONALE-CORPOREO-ARTISTICA
CONDOTTI DA ALESSANDRA TRENTO

CON QUESTO LABORATORIO SI INTENDE SVILUPPARE UN TIPO DI LAVORO MIRATO A RICONOSCERE AREE DI CONSAPEVOLEZZA:

CONSAPEVOLEZZA CORPOREA, UTILIZZANDO LE TECNICHE BIOENERGETICHE
CONSAPEVOLEZZA RELAZIONALE, UTILIZZANDO METODI DELLA PSICOLOGIA UMANISTICA
CONSAPEVOLEZZA DEL PROPRIO POTENZIALE CREATIVO, CON L'USO DI TECNICHE ARTISTICO-ESPRESSIVE

L'INTEGRAZIONE E LA SINERGIA DI QUESTI TRE ASPETTI RENDONO LA PERSONA PIÙ RADICATA, INTERA E FLUIDA, LIBERANO E POTENZIANO LA SPINTA NATURALE VERSO LA CRESCITA INTERIORE E L'AUTOREALIZZAZIONE.

IL LAVORO CORPOREO PERMETTE DI ELABORARE RAPIDAMENTE E PROFONDAMENTE GLI STATI DI CRISI. LE TECNICHE SOMATICHE INFATTI SONO UN AIUTO IMMEDIATO PER CONTATTARE LE TENSIONI FISICHE E LE RELATIVE EMOZIONI NASCOSTE. CONOSCERE IL CORPO COME SPECCHIO DEL NOSTRO MONDO PSICHICO E DELLA NOSTRA ANIMA È IL PRIMO PASSO NEL PERCORSO DI CRESCITA.

COMPRENDERE COME CI RELAZIONIAMO CON GLI ALTRI, CHE VISIONE ABBIAMO DI NOI E DEL MONDO, PORTA A RIAPPROPRIARCI DEI NOSTRI SCHEMI COMPORTAMENTALI, SPESSO DISTORTI O CONDIZIONATI DALLE ESPERIENZE DEL PASSATO. QUESTA COMPrensIONE SI PUÒ ATTIVARE GRAZIE ALLA PRESENZA DEL GRUPPO CHE DIVENTA IL CONTENITORE E LA RISORSA PER INTRAPRENDERE LA NOSTRA RICERCA. IL GRUPPO È UN ORGANISMO VIVO, ENERGETICAMENTE DINAMICO E LE DIVERSE ESPERIENZE CHE I PARTECIPANTI POSSONO FARE AL SUO INTERNO NON SONO NÉ ILLOGICHE NÉ CASUALI.

IL CORPO COMPRENDE ANCHE L'INTERO MONDO IMMAGINATIVO DELLE ARTI E CON L'USO DI TECNICHE ESPRESSIVO-ARTISTICHE POSSIAMO ATTIVARE IL NOSTRO NUCLEO CREATIVO INCONSCIO. SVILUPPARE E INTEGRARE LA CREATIVITÀ DIVENTA UN ALTRO MODO PER LIBERARE ENERGIA VITALE TRATTENUTA NEI NOSTRI BLOCCHI CORPOREO-EMOZIONALI CHE, FINALMENTE SI RIVELERANNO ATTRAVERSO I COLORI, LE PAROLE, I GESTI E LE FORME. È UN MODO CREATIVO PER RICONOScerLI.

L'UTILIZZO DI FORME D'ARTE È UN VALIDO STRUMENTO CONOSCITIVO
DI ANALISI E DI RICERCA ESISTENZIALE.

CONSAPEVOLEZZA E CREATIVITÀ SONO GUIDE PER LA NOSTRA EVOLUZIONE SPIRITUALE.

A CHI SI RIVOLGE: I PARTECIPANTI POSSONO ESSERE MOSSI DA UN DESIDERIO DI AUTOCONOSCENZA E DI APPROFONDIMENTO DI SÉ, ACQUISENDO NUOVI STRUMENTI DI CONSAPEVOLEZZA DA PORTARE ANCHE NEL PROPRIO AMBIENTE LAVORATIVO. NE POTRÀ BENEFICIARE PARTICOLARMENTE CHI GIÀ LAVORA NELL'AMBITO DEL SOCIALE, NELLE RELAZIONI D'AUTOAIUTO O IN SETTORI ARTISTICO-TERAPEUTICI.

NON È RICHIESTA NESSUNA ABILITÀ ARTISTICA.

NUMERO DEI PARTECIPANTI: MINIMO 8 - MASSIMO 16

LE DATE: 18-19 FEBBRAIO 2006 - 18-19 MARZO 2006 - 13-14 MAGGIO 2006 - 10-11 GIUGNO 2006

ORARI: DALLE 10 ALLE 18 IL SABATO, DALLE 10 ALLE 17 LA DOMENICA.

È PREVISTO UN COLLOQUIO INFORMATIVO CON LA CONDUTTRICE

CONDUZIONE: ALESSANDRA TRENTO: COUNSELOR IN ANALISI E AUTOREGOLAZIONE BIOENERGETICA, SPECIALIZZATA IN TERAPIE PSICO-CORPOREE E IN PSICOLOGIA SOMATICA, ISCRITTA ALL'ALBO PROFESSIONALE COUNSELOR DELLA S.I.Co (SOCIETÀ ITALIANA COUNSELOR) DOCENTE IPSO (ISTITUTO DI PSICOLOGIA SOMATICA) DOCENTE IN DISCIPLINE PITTORICHE

PER INFORMAZIONI E ISCRIZIONI: TEL. 338.4841105 / 02.70102386 email: alirka@katamail.com