

“Dal Segno... al Sogno”

Un percorso di crescita personale in gruppo

Qual è il meccanismo inconscio che ci impedisce di stare bene?

Conoscersi vuole dire acquisire la consapevolezza che siamo corpo, anima ed energia contemporaneamente; scoprire che c'è un “dentro” ed un “fuori” da raccontare e da mettere in collegamento.

Attraverso il gruppo ci diamo la possibilità di mettere in scena le nostre storie, le nostre fragilità così come le nostre risorse, favorendo nuove occasioni di crescita.

Ad ogni incontro verranno affrontate tematiche differenti, sviluppandone la riflessione e coinvolgendo sia la mente che il corpo.

Mercoledì 16/03 e 23/03 - "La sacralità del Corpo"

Mercoledì 30/03 e 06/04 - "Noi e l'Altro"

Mercoledì 13/04 e 20/04 - "Separazioni e Perdite"

Mercoledì 27/04 e 04/05 - "La forza del Cambiamento"

Gli incontri si articoleranno in tre parti:

- la meditazione attraverso il rilassamento corporeo e la visualizzazione guidata;
- il disegno onirico e la sua messa in scena;
- la condivisione emotiva di gruppo.

Termine iscrizioni 9 Marzo.

Per informazioni ed iscrizioni:

- Monica Bussi, Pedagogista Clinico - 349.7857003
- Silvia Battistini, Psicologa-Psicoterapeuta - 392.3909827