

L'ISTITUTO GESTALT DI PUGLIA

è lieto di invitarvi a:

ESPERIENZE DI COUNSELLING
Seminari introduttivi di presentazione del nuovo
CORSO DI GESTALT- COUNSELLING
che partirà il 20 novembre 2020

Gli incontri di sensibilizzazione sono seminari monotematici, esperienziali, rivolti a quanti desiderano approfondire e sviluppare competenze nella relazione d'aiuto secondo il modello della Gestalt. Mirano allo sviluppo della dimensione soggettiva dei partecipanti mediante esperienze pratiche e approfondimenti teorici.

Gli incontri si terranno presso la sede
dell'Istituto Gestalt di Puglia
Via De Simone 29 – Arnesano

IL MONDO INTERNO IN UN DISEGNO
Il disegno come via per la consapevolezza

Il disegno e l'uso di mezzi artistici, come strumento metaforico di comprensione di sé, si vanno sempre più diffondendo nell'ambito della relazione d'aiuto. I personaggi e le ambientazioni dei nostri disegni possono fornire una chiave per comprendere noi stessi, i nostri disagi e conflitti interni, ma anche risorse e possibilità sconosciute e inattese.

Mercoledì 16 settembre 2020 - dalle ore 15,30 alle 18,00
Conduttore: Caterina Terzi, Psicologa e Socio Formatore/Supervisore CNCP

PER UN MIGLIOR RAPPORTO CON SE STESSI E CON GLI ALTRI:
GESTALT E COMUNICAZIONE.

Nel contesto sociale in cui viviamo diventa necessario promuovere e sostenere una cultura della relazione d'aiuto. Il Counselling rappresenta uno strumento valido di intervento in contesti dove bisogna sostenere relazioni efficaci e abilità comunicative specifiche. Sperimentaremo uno stile comunicativo facilitante ed efficace attraverso attività pratiche e momenti di riflessione.

Mercoledì 23 settembre 2020 - dalle ore 15,30 alle 18,00
Conduttore: Nino Geniola, Psicologo e psicoterapeuta, Didatta associato FISIG, Full member EAGT, Socio Formatore/Supervisore CNCP

FANTASIA GUIDATA E SCOPERTA DEL PROPRIO MONDO INTERIORE

In questo incontro utilizzeremo la tecnica della fantasia guidata come strumento di scoperta della persona.

Le fantasie guidate sono delle porte di accesso privilegiate a quelle parti di noi che giudichiamo e tendiamo a separare e che se non integrate minano il nostro benessere e il raggiungimento degli obiettivi e dei progetti che portano alla felicità.

I lavori verranno eseguiti ponendo l'attenzione alle potenzialità della tecnica e all'importanza del contenuto e del processo all'interno dell'esperienza.

Mercoledì 30 settembre 2020 - dalle ore 15,30 alle 18,00
Conduttore: Mirko Antoncecchi, Psicologo e psicoterapeuta,
Counsellor professionista, Socio CNCP

LA RISONANZA EMPATICA NELLE RELAZIONI D'AIUTO

L'empatia rappresenta una competenza che ci consente di muoverci all'interno della cornice di riferimento dell'altro nella relazione, declinando la forma che la stessa relazione può assumere.

La risonanza empatica risulta, inoltre, come una tra le *life skills* più importanti, per lo sviluppo delle competenze relazionali.

Mercoledì 7 ottobre 2020 - dalle ore 15,30 alle 18,00
Conduttore: Fabiana Gigliola, psicologo e psicoterapeuta,
Counsellor professionista, Socio CNCP

L'ARCOBALENO DELLE EMOZIONI

Le emozioni hanno una vitale e funzionale importanza per la nostra vita quotidiana. Imparare a riconoscerle e a contattarle è il primo passo verso la consapevolezza di sé.

Mercoledì 14 ottobre 2020 - dalle ore 15,30 alle 18,00
Conduttore: Alexander Lommatzsch, Psicologo Psicoterapeuta,
Gestalt Counsellor CNCP, Socio Formatore/Supervisore CNCP
Direttore dell'Istituto Gestalt di Puglia

"ATTENDERE...PREGO!"

Quando le aspettative diventano una trappola

Fare previsioni su ciò che ci aspettiamo da una situazione o da una persona ha un valore adattivo ma, spesso, si traduce in un ostacolo per una sana relazione. Inoltre, vivere all'altezza delle aspettative altrui allontana da un contatto pieno e autentico con se stessi.

Mercoledì 21 ottobre 2020 - dalle ore 15,30 alle 18,00

*Conduttore: Jacqueline Gentile, Gestalt Counsellor Professionista, Socio
Formatore/Supervisore CNCP*

ESPRIMI TE STESSO

Riconoscere la propria modalità di comunicare attraverso la mimica facciale, espressione oculare, tono della voce, atteggiamento corporeo, consente una maggiore centratura e consapevolezza del proprio stare nel mondo, del proprio esserci corporeo. Nella relazione d'aiuto viene sostenuta, attraverso modalità creative, l'espressione globale della persona per via di un rinnovato e migliore stile comunicativo tra sé e l'altro. Nel workshop esploreremo attraverso il metodo fenomenologico alcuni degli stili comunicativi che adottiamo in alcune circostanze della nostra vita, per vedere brevemente le discrepanze tra atteggiamento corporeo e contenuto dell'espressione, così come ci soffermeremo sul modo in cui ci poniamo nei confronti con gli altri.

Mercoledì 28 ottobre 2020 - dalle ore 15,30 alle 18,00

*Conduttore: Maurizio Daggiano, Gestalt Counsellor professionista, Socio
Formatore/Suervisore CNCP*

LE EMOZIONI, QUESTE SCONOSCIUTE

Che emozione stai provando in questo momento? È una domanda che molto spesso mette in crisi, come se ci chiedessero di parlare di astrofisica non avendo mai aperto un libro sull'argomento.

Nonostante le emozioni siano reazioni innate e funzionali alla nostra sopravvivenza, molto spesso siamo educati a non "emozionarci" o meglio, a non far vedere che siamo spaventati, tristi, arrabbiati, addolorati o contenti. Cresciamo senza saper definire a parole ciò che in realtà quotidianamente sperimentiamo nel corpo e nella mente.

In questo workshop esploreremo le emozioni, come si manifestano nel corpo e le parole per esprimerle.

Mercoledì 4 novembre 2020 - dalle ore 15,30 alle 18,00

*Conduttore: Ilenia Blasi, Psicologo e psicoterapeuta, Terapeuta EMDR, Didatta associato
FISIG, Full member EAGT, Socio Formatore/Supervisore CNCP*

MITO PERSONALE E IDEALE DI SE'

La narrazione di sé come via per la consapevolezza

Alla scoperta dei miti, dei personaggi storici, fantastici o familiari in cui ci identifichiamo per una nuova comprensione di noi stessi. Questi personaggi possono fornire una chiave per comprendere le nostre risorse, ma anche i nostri limiti e blocchi interni; solo dalla comprensione di noi stessi nasce la possibilità di evolverci, cambiare e di trovare nuove soluzioni a vecchi problemi.

Mercoledì 11 novembre 2020 - dalle ore 15,30 alle 18,00
Conduttore: Caterina Terzi, Psicologa e Socio Formatore/Supervisore CNCP

LA RABBIA, ALLEATA O NEMICA DELLE RELAZIONI?

La rabbia è un'emozione primaria, con la funzione altamente adattiva di definire e proteggere i propri confini. Essa reca in sé una notevole carica energetica che necessita di essere incanalata in modo opportuno e congruente con i bisogni individuali. Essa, inoltre, è spesso oggetto di giudizi che ne impediscono la dignità di espressione. In questo laboratorio, esploreremo le potenzialità della rabbia e le modalità per porla a servizio di relazioni più sane ed autentiche.

Mercoledì 18 novembre 2020 - dalle ore 15,30 alle 18,00
*Conduttore: Jacqueline Gentile, Gestalt Counsellor Professionista, Socio
Formatore/Supervisore CNCP*

Ricordiamo la possibilità, per chi sia interessato al Corso di Counselling, di prenotare al seguente numero di cell. 320-4787718, un colloquio per maggiori informazioni con la Dott.ssa Caterina Terzi, responsabile per i corsi di Counselling dell'IGP.

**Per info contattate la segreteria dell'Istituto Gestalt di Puglia,
tel: 0832.323862, cell 3204787719, e-mail info@apuliagestalt.it**