



Forlì,
gennaio-settembre 2015

parlare al presente

Competenze verbali e di
counseling basate sui
quattro principi
della mindfulness

“L’originalità di questo corso consiste nella consapevolezza che le parole non sono solo un fatto mentale, ma coinvolgono tutto il nostro essere corpo”

ASCOLTO MINDFUL. Parlare al Presente è un corso aperto a tutti coloro che vogliono acquisire abilità di comunicazione, di espressione verbale, e di ascolto, centrate sulla presenza (Mindfulness). E’ un corso che rafforza le capacità relazionali e, allo stesso tempo, aumenta la possibilità di essere presenti a se stessi e agli altri.

Offre le competenze di counseling necessarie per un’interazione basata sul rispetto e sull’empatia. Le competenze verbali vengono esplorate in relazione ai quattro principi della Mindfulness: presenza al corpo, alle emozioni, alle immagini e ai pensieri.

IL LAVORO SUL TRAUMA. Parlare al presente offre gli strumenti di base per riconoscere e lavorare sulle dinamiche psicofisiologiche dei traumi. I partecipanti avranno l’opportunità di esercitarsi, in uno spazio sicuro e rispettoso, per imparare ad accogliere i diversi stati di attivazione che si possono presentare nel lavoro con i clienti: iperarousal, ipoarousal, attivazione emozionale, dissociazione, stati cronici di allerta e risposte di orientamento.

A CHI E’ RIVOLTO. Si rivolge a operatori delle discipline bionaturali, educatori somatici, operatori sanitari, psicoterapeuti, coach e, in generale, a tutte le persone interessate a integrare il lavoro sulla comunicazione basata sulla presenza nella loro vita

LA DIDATTICA Il corso prevede lezioni teoriche, dimostrazioni di sessioni, gruppi di condivisione, esercizi esperienziali in diade e triade, esercizi di movimento somatico relativi ai diversi argomenti. Il corso è corredato da dispense e CD. La classe è composta da un numero massimo di 20 studenti e, come minimo, da un tutor ogni 5 studenti, proprio per permettere approfonditi feedback durante la pratica. Per ogni seminario è previsto un gruppo tutoriale. Ogni studente è seguito da un tutore a cui può rivolgersi per il sostegno sul lavoro a casa e per ricevere feedback personali. (Il numero dei tutor dipende dal numero dei partecipanti).

ORARI E COSTI. Orari: venerdì ore 14,30-19,30, sabato ore 9,30-18,30, domenica ore 9,30-16,30.

Sede del corso: I seminari si svolgono a Forlì presso il Punto Donna, in via Maroncelli, 39.

Il training è organizzato in 4 moduli. Ogni seminario del training costa 240 euro. E’ possibile frequentare anche i singoli moduli. Per chi si iscrive a tutti e quattro i moduli il costo è di 200 euro a seminario.

Per informazioni e iscrizioni: Associazione Culturale In Flow
tel. 327 5757726 – 342 5452860
scuolainflow@gmail.com - www.craniosacralebiodinamica.it

PROGRAMMA

30 gennaio-1 febbraio 2015 - Il Corpo Sensibile

Il campo di relazione

Costruzione della presenza nella relazione

L'ascolto contemplativo centrato nel cuore e nelle sensazioni corporee

Lavorare con il felt sense (la sensazione sentita)

Linguaggio non verbale: azioni interne e azioni esterne

I confini e le barriere nello stile relazionale

Riconoscere l'aspetto della concretezza nel linguaggio verbale

I partecipanti impareranno a utilizzare lo strumento delle domande aperte e del rimando per permettere al cliente di seguire e capire il proprio processo, rimanendo presente nel corpo.

27-29 marzo 2015 - Il Corpo Immaginale

Il rapporto circolare tra immagini e azioni

Sensi, percezione e linguaggio

Come usiamo i sensi e rappresentazione della realtà

Parlare per immagini

Riconoscere la vividezza immaginativa nel linguaggio verbale

Questo modulo approfondisce il lavoro con il felt sense e con le immagini (memorie, visioni, immaginazioni) negli stati di iperattivazione del simpatico. I partecipanti impareranno a:

- identificare le espressioni somatiche e verbali relative agli stati di arousal del simpatico
- utilizzare la risonanza somatica per seguire il processo del cliente
- comprendere la neurofisiologia dello stress, e la natura degli stati di shock e trauma

La pratica della mindfulness e il cervello

29-31 maggio 2015 - Il Corpo Emozionale

La ricerca nel campo della neurofisiologia del sistema di coinvolgimento sociale ci apre a nuove comprensioni e nuove intuizioni su come facilitare il superamento di stati di attivazione del simpatico e del parasimpatico che producono un ritiro sociale e una chiusura in se stessi.

Il sistema polivagale e la capacità di modulazione delle emozioni

Neurobiologia degli stati di sopraffazione del parasimpatico

Le espressioni somatiche negli stati di lotta-fuga-congelamento.

Dall' immobilizzazione alla mobilità, attraverso l'accompagnamento verbale

Riconoscere la specificità nel linguaggio parlato

18-20 settembre - Il Corpo che Pensa

Questo seminario si focalizza su come accogliere verbalmente le tematiche specifiche che emergono da traumi ad alta intensità come quelli degli stadi precoci della vita. I partecipanti impareranno a:

Riconoscere il livello di chiarezza, di orientamento e concatenazione nel linguaggio parlato

Domande aperte che facilitano la connessione tra pensiero, sensazione, azione, emozione e immagine

Gli approcci verbali alla dissociazione

Riconoscere e lavorare con le risposte di orientamento difensivo.



Docente: Rosella Denicolò

Laureata in Filosofia, docente nella formazione di Craniosacrale Biodinamica di In Flow. Diplomata in Biodynamics Craniosacral Therapy presso Karuna Institute (UK), la prima Scuola in Europa che ha integrato la Mindfulness nei percorsi di psicoterapia. Counselor Somato-Relazionale, Rosella integra gli strumenti di Somatic Experiencing® di cui è operatore qualificato, all'interno delle sedute di Counseling e Craniosacrale.



Tutor: Giacomo Sacenti

Operatore di Craniosacrale Biodinamica, danzatore e coreografo, assistente nella formazione di Craniosacrale Biodinamica In Flow. Ha studiato Alexander Technique in Germania e attualmente insegna danza e movimento presso la scuola di teatro Galante Garrone di Bologna