

Workshop teorico-esperienziale

"Tra corpo e sogno: un rapporto speciale tutto da scoprire"

Esperienze sull'espressività corporea e di consapevolezza sui sogni con gli strumenti e le tecniche della metodologia gestaltica

Roma, Sabato 28 marzo e 4 aprile 2009

ore 10.00 – 18.30 Viale delle Province, 2 - int. 7-

Il **corpo** (con la postura, il movimento, la gestualità, la mimica facciale, il tono della voce, la qualità della respirazione, le modalità di contrazione/espansione, ecc.) è una struttura biologica, un organismo, frutto anche di un processo di adattamento all'ambiente fisico e relazionale.

Il nostro corpo sviluppa, infatti, una forma di adattamento creativo alle esperienze e agli eventi della nostra vita, alle nostre relazioni significative, ai nostri traumi emotivi e fisici e, soprattutto, ai vissuti con cui ci rappresentiamo tutte queste situazioni (passate, presenti e future).

Nella teoria della Gestalt il corpo rappresenta il luogo dell'esperienza, attraverso di esso la persona agisce nel mondo. Il corpo è lo sfondo, il custode, la memoria fisica, il palcoscenico sul quale si realizza la trama della nostra vita emotiva ed onirica.

Il sogno

"Tutte le diverse parti del sogno sono frammenti della nostra personalità. Dato che il nostro scopo è quello di fare di ognuno di noi una persona sana, il che significa una persona integrata, quello che dobbiamo fare è rimettere insieme i vari frammenti del sogno. Dobbiamo riappropriarci di queste parti proiettate e frammentate della nostra personalità, e riappropriarci del potenziale nascosto che compare nel sogno". Fritz Perls.

L'idea portante che F. Perls utilizza per sviluppare la sua teoria sul sogno è che esso sia, in ogni sua componente, l'insieme delle proiezioni delle parti della personalità del sognatore. Quindi, secondo Perls, è importante che la persona possa **entrare in contatto** con le figure del sogno per riconoscere in quale modo gli appartengono. Il processo di **integrazione** e crescita personale parte da questa operazione.

Destinatari

Il workshop è rivolto a tutti coloro che desiderano **esplorare consapevolmente** il proprio modo di essere corpo (per cogliere i messaggi racchiusi nella postura, nel movimento, nei blocchi, nelle tensioni, nelle trasformazioni che il corpo stesso manifesta) facendo **esprimere creativamente**, al tempo stesso, le emozioni spesso intrappolate in questi processi.

E' inoltre, finalizzato a far esperire, ai partecipanti, un modo nuovo **di raccontare i propri sogni**, per una **migliore comprensione di sé** e per provare a **dare un senso ai messaggi nascosti in essi**.

Sede ed orari

Il workshop si svolgerà nelle due giornate di sabato a Roma, in Viale delle Province 2, int. 7 (dalle ore **10,00** alle ore **18,30** del 28/03/09 e dalle ore **10,00** alle ore **18,30** del 4/4/09) ed avrà una durata di 6 ore per ogni giornata.

Costi

Il costo di ogni singola giornata è di **€60,00** pagabili direttamente in sede al momento dell'arrivo. Si precisa che, per motivi organizzativi, **chi si prenota dovrà comunicare a quale data intende partecipare.**

Attestato

E' previsto il rilascio dell'attestato di partecipazione al workshop.

Iscrizioni ed ulteriori informazioni

Per partecipare al workshop è necessaria la prenotazione. Puoi spedire una mail agli indirizzi info@chirone.eu oppure, dino67@fastwebnet.it o contattare direttamente il **Dott. Viglione Donato** al numero di cellulare **346.2321284**

www.chirone.eu