



## **LABORATORIO ESPERIENZIALE DI GESTALT :**

### **IO -TU** **RICONOSCERE E GESTIRE I PROPRI CONFINI.**

*QUANTE VOLTE TI CAPITA DI AGIRE IN BASE ALLE ASPETTATIVE ALTRUI E NON AL TUO REALE BISOGNO, DI NON RIUSCIRE A DIRE NO OPPURE DI DIRLO TROPPO, DI SENTIRTI INVASO O ABBANDONATO?*

*QUESTO, A LUNGO ANDARE, COMPORTA UN FORTE SENSO DI FRUSTRAZIONE, DI MALESSERE E DI RABBIA I QUALI, RISPETTO ALLA VISIONE OLISTICA, SI RIPERCUOTONO SIA NEL CARATTERE CHE NEL CORPO.*

*IN QUESTO INCONTRO SPERIMENTEREMO, OSSERVANDO ANCHE L'ATTEGGIAMENTO CORPOREO, COME ACCADE LA SCELTA DELLA GESTIONE DEL NOSTRO SPAZIO PERSONALE FINO A COMPRENDERE COS'E', IN NOI, CHE ATTIVA IL NOSTRO TIPO DI RISPOSTA NELLE NOSTRE RELAZIONI.*

*NELL'OTTICA GESTALTICA, L'INDIVIDUO SANO E' COLUI CHE SA APRIRE E CHIUDERE I PROPRI CONFINI RIMANENDO FEDELE AI NOSTRI DESIDERI AUTENTICI E AI NOSTRI BISOGNI REALI ACCRESCENDO LA QUALITA' DELLE NOSTRE RELAZIONI.*

**SABATO 9 DICEMBRE ALLE ORE 15 ALLE 18 PRESSO**

**A.S.D. spazio OLISTICO DUGA VIA CREMONA 24**  
**DUGAPIACENZA@GMAIL.COM**  
**PER INFO E COSTI : 339 5067558**

**POSTI LIMITATI - PRENOTARE ENTRO GIOVEDI' 7**

**il laboratorio sarà tenuto da :**

**GEORGIA IDA MARCHESI** : OPERATRICE OLISTICA E PROFESSIONAL COUNSELOR DIPLOMATA PRESSO IL  
c.s.t.g. Centro studi di terapia della gestalt.

**ENZO ANTOCI** : OPERATORE SHIATSU IDEATORE DEL " METODO EDUCAZIONE ENERGETICA " .