



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 " .