

# È proprio mio il corpo che indosso?

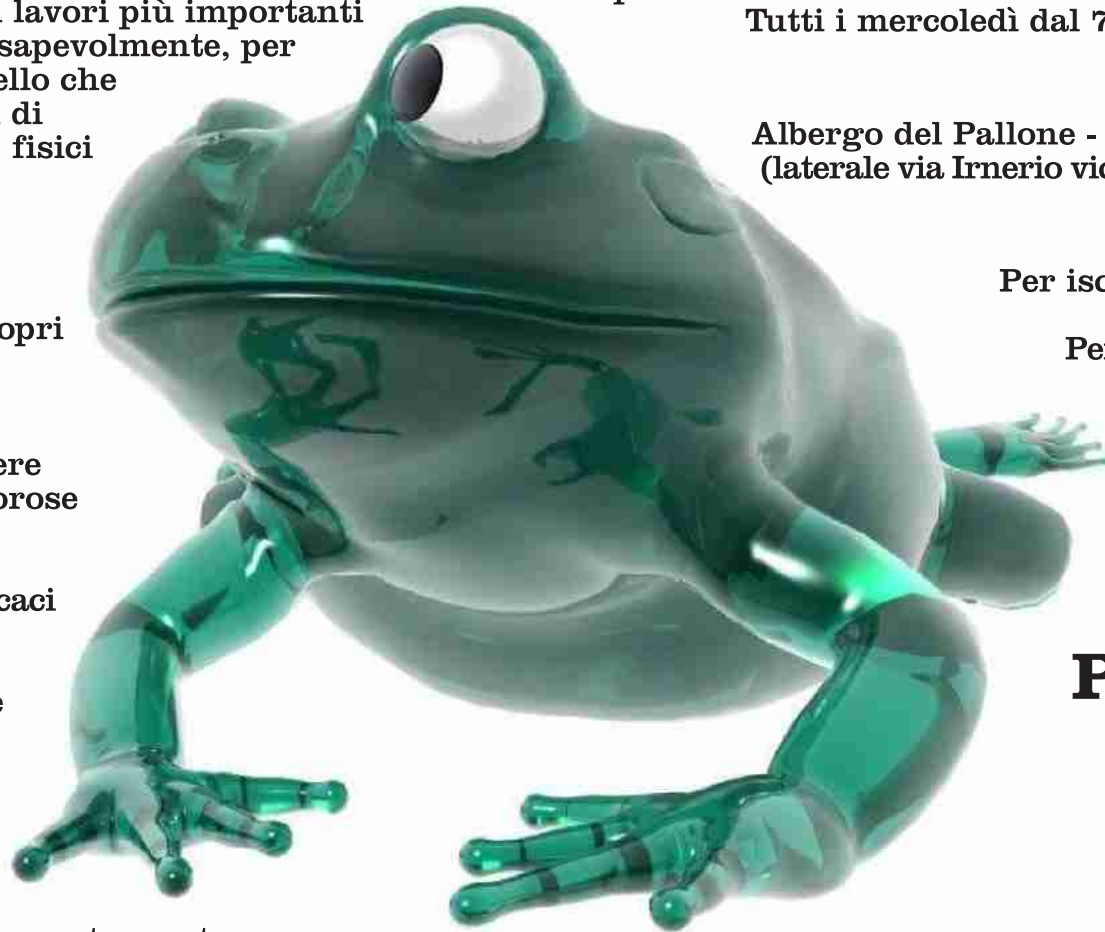
Un'occasione per accelerare e approfondire il processo di riconciliazione con le proprie emozioni. Imparare a dare un nome alle sensazioni è uno dei lavori più importanti della persona che vuole agire consapevolmente, per fare quello che sente e sentire quello che fa. Il fallimento di questi processi di attribuzione può portare a disagi fisici e psicologici di vario genere.

## A chi è rivolto

A giovani e adulti interessati a:

- diventare più consapevoli dei propri blocchi corporei
- imparare a dare un nome alle sensazioni
- imparare a percepire ed esprimere distintamente sia le emozioni dolorose che quelle piacevoli
- apprendere modalità corporee comunicative ed espressive più efficaci

La teoria biosistemica si fonda sull'idea che alla base delle nostre esperienze emotive ci sia un organismo, il nostro corpo, che vive nel disagio quando mancano particolari equilibri psicologici e fisici, dei quali siamo spesso inconsapevoli. Il metodo biosistemico utilizza tecniche di intervento aperte, senza che cause, effetti e conclusioni siano presupposti: trasformando chi è coinvolto in protagonista dell'esplorazione di se stesso, si cercheranno le possibili soluzioni per la diminuzione del disagio e l'aumento del benessere. Per l'approccio sistemico tutto ciò che libera la conoscenza e sblocca l'immaginazione e la creatività è il benvenuto.



**Date:**  
Il percorso si articola su 8 incontri dalle ore 21.00 alle 23.00  
Tutti i mercoledì dal 7 febbraio al 28 marzo 2007.

**Sede:**  
Albergo del Pallone - Via del Pallone 4 - Bologna.  
(laterale via Irnerio vicino Parco della Montagnola).

**Costi:**  
Per iscrizioni entro il 20 dicembre  
€ 160 a persona  
Per iscrizioni entro il 4 febbraio  
€ 180 a persona  
Partecipanti:  
max 15 persone  
Iscrizioni entro il  
4 febbraio 2007.

**Presentazione  
gratuita  
mercoledì 24  
gennaio**

ore 21 Albergo Pallone



**Per informazioni:**  
Cell. 335 5331156  
Fax 051 6647389  
info@therapon.it  
www.therapon.it