

PRENDIAMOCI IL TEMPO: IL CORPO NELLA RELAZIONE

ID. 61231



Descrizione

Per una scuola di qualità occorre riscoprire un tempo per l'ascolto e la cura di sé insieme a una modalità e un tempo congruo per comunicare efficacemente con gli altri. Si propongono esperienze pratiche in un piccolo gruppo: attraverso il concetto di *corpomente* per passare dalla scuola del "non c'è tempo" al Tempo della relazione.

Un percorso di 12 ore teorico ed esperienziale fruibile in due modalità: **in presenza e online.**

Nella versione on line si prevedono 6 incontri di due ore, nella modalità in presenza sono possibili orari diversi.

I formatori sono psicoterapeuti S.I.A.R. con competenze specifiche nella psicologia dello sviluppo, nel lavoro corporeo, nelle interazioni di gruppo.

Il percorso ha lo scopo di costruire uno spazio di ascolto e di scambio, un luogo sicuro in cui sia possibile prendersi cura di sé, creando un clima accogliente con ritmi e modalità che favoriscano l'incontro tra colleghi e il confronto su situazioni difficili presenti in classe.

Un'attenzione speciale sarà dedicata alla qualità di comunicazione necessaria per costruire uno spazio adatto e funzionale, dove ciascuno possa con piacere dare il proprio contributo e ricevere stimoli dagli altri.

Programma

Il corso è articolato in tre attività:

- Parte teorica: sarà presentata una selezione dei fondamenti del modello S.I.A.R. nelle parti utili a sostenere i docenti nella loro funzione educativa e relazionale;
- Parte esperienziale e lavoro corporeo: esercizi per aumentare la consapevolezza di sé consistenti in esperienze corporee e giochi relazionali, a cui segue un momento di verbalizzazione, al fine di sperimentare in modo consapevole il proprio stile di relazione e comunicazione;
- Laboratorio sui casi: si lavorerà sulle situazioni difficili presentate dai partecipanti, utilizzando lo strumento della elaborazione in gruppo, alla luce dei riferimenti teorici portati dal conduttore.

Incontri:

1) **Corpomente**

Introduzione al concetto di *corpomente* e degli elementi base del paradigma psicocorporeo reichiano.

2) **Tempo e Presenza**

Come viviamo il tempo? Prendere coscienza della propria modalità personale.

3) **Relazione**

Esperienze pratiche.

4) **Comunicazione**

Come comunichiamo con le parole e con il corpo?

5) **Educazione emotiva**

Come funziona il cervello emotivo. La sintonizzazione emotiva.

6) **Essere un gruppo.**

Il lavoro proposto nell'incontro finale sarà costruito in base al gruppo che si è formato e al percorso fatto.

Contatti:

Dott.ssa Silvana Bragante mail: silvana.bragante@gmail.com
Dott.ssa Marika Bertuccioli mail: bertucciolimarika@gmail.com tel.: 347 4483488

Il corso è acquisibile con o senza carta docente.



Il corso è organizzato dalla S.I.A.R. Società Italiana di Analisi Reichiana
<https://www.analisi-reichiana.it/>

