



GeArt
associazione culturale



CreativaMente

IL LABORATORIO in DIVENIRE

Un percorso per conoscerci e sperimentare strategie di cambiamento, andare al di là dei nostri limiti e inventarsi la propria vita.

Attraverso l'energia e la fiducia nel gruppo avremo la possibilità di:

Osservare le nostre convinzioni limitanti

Esprimere liberamente le proprie emozioni

Ritrovare risorse che non sapevamo di avere e rimetterle in campo

Vedere in una nuova luce gli aspetti di noi spesso lasciati in ombra.

Sperimentare i benefici del pensiero positivo.

Questo ci permetterà di avviare processi di trasformazione e cambiamento stabilendo nuove mete, riscoprendoci rinnovati. Il cambiamento parte da noi stessi. Fino a quando non cambiamo il modo di vederci e di relazionarci a noi, difficilmente possiamo attuare cambiamenti significativi sulla realtà. "IN DIVENIRE" descrive il carattere dinamico di cambiamento, uno degli obiettivi principali di questa esperienza. "IN DIVENIRE" in quanto nel counseling non si parte con una struttura rigida, ma ogni percorso nasce dall'incontro con la persona stessa (LA CENTRALITÀ DEL CLIENTE) e così i vari laboratori prenderanno forma soprattutto dall'energia propria del gruppo e dalle sue caratteristiche.

TECNICHE UTILIZZATE:

.esercizi di rilassamento

. visualizzazioni creative

.giochi di gruppo

.ARTcounseling (collage, disegni, danza,

. meditazioni

scrittura creativa, archetipi).

1° INCONTRO: Domenica 4 marzo 2012 dalle 15,30 alle 18,30

2° INCONTRO: Sabato 10 marzo dalle 15,30 alle 18,30

Termine iscrizioni: 26/02/2012

Costo : E 20 ad incontro + 10 euro di tessera associativa annuale + 5 euro merenda (facoltativa).

Sede del corso: Ass. culturale Geart, via Vedegheto 1096/c Savigno (Bo) email: assculturalegeart@gmail.com tel. Segreteria: 051/833597

Per info e contatti: VERONICA ADANI, counselor professionale
veronicaadani@libero.it tel: 339-8268793

