

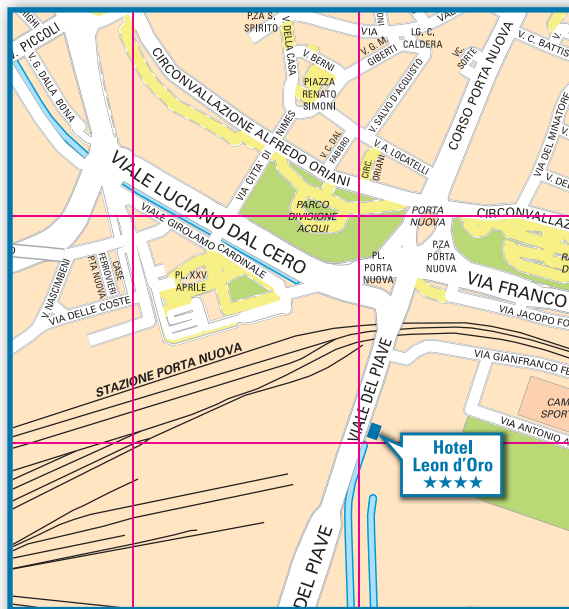
## COME RAGGIUNGERE LA SEDE DEL CORSO

L'Hotel Leon d'Oro si trova a Verona, Viale del Piave, 5.

*A piedi:* 500 mt dalla Stazione di Verona Porta Nuova.

*In auto:* Casello autostradale Uscita di Verona Sud. Seguire le indicazioni per il Centro. Superata la Fiera di Verona, dopo il cavalcavia a destra si trova l'ingresso dell'Hotel.

*In taxi:* Radiotaxi, servizio 24 ore su 24 - Tel 045 532666.



**QUOTA DI PARTECIPAZIONE: 80 €**

**Le iscrizioni si chiudono alle ore 24:00 di giovedì 01.10.2015.**

PayPal: [adrianobilardi@gmail.com](mailto:adrianobilardi@gmail.com)

Bonifico bancario intestato a: **ADRIANO BILARDI**

Unicredit Banca - Verona, Piazza R. Simoni, 8 - **IBAN: IT78W 02008 32974 001304132380**  
(nella causale indicare: Cognome, Nome, telefono, e-mail, Seminario del 04.10.2015 - VR)

*L'attestato di partecipazione e la fattura saranno spediti in formato elettronico all'indirizzo e-mail che sarà indicato nella scheda di registrazione, da compilare prima dell'inizio del seminario.*

Segreteria Organizzativa  
**Telefono: ADRIANO BILARDI 335 5396141**  
**e-mail: info@adrianobilardi.it**

*L'evento sarà videoregistrato per scopi didattici e di studio (non commerciali).  
In caso di mancata partecipazione le quote versate non saranno rimborsate.*

# I SOGNI: COME POSSONO AIUTARCI A CAPIRE NOI STESSI E A VIVERE MEGLIO

## SEMINARIO INTERATTIVO

## Adriano Bilardi

### Imparerai a

- Interpretare i tuoi sogni
- Conoscerti nel profondo
- Risolvere situazioni di disagio psicologico
- Avviarti su percorsi di crescita, cambiamento e benessere

**Domenica 4 ottobre 2015**  
**dalle 9:30 alle 18:30**

**HOTEL LEON D'ORO**  
**Verona - Viale del Piave, 5**

VERONA

[www.adrianobilardi.it](http://www.adrianobilardi.it)  
[COACH] [COUNSELOR] [ESPERTO IN IPNOSI]

Quante volte ci siamo svegliati da un sogno e ci siamo chiesti: perché ho fatto questo sogno? Che sia un sogno allegro o un incubo, la domanda è sempre la stessa: cosa significa? Significa forse che dovrei fare qualche cambiamento nella mia vita? Che dovrei fare qualcosa in modo diverso?

Cosa hanno da dirci i nostri sogni? Come possono aiutarci a conoscerci meglio? A darci una direzione di crescita e cambiamento? Insomma, come possiamo utilizzarli per vivere meglio?

Questo seminario è dedicato a rispondere a queste comuni domande. Ciascuno di noi può semplicemente imparare a guardarsi dentro e ascoltare il suo corpo per avere la risposta. La consapevolezza corporea ci può guidare alla comprensione dei messaggi impliciti dei sogni, mediante un metodo di elaborazione che punta sulla risposta somatica, più che intellettuale e cognitiva, alle domande che possiamo rivolgerci riguardo al contenuto dei nostri sogni.

Applicando i principi e le tecniche del Focusing, elaborati da Eugene Gendlin, psicoterapeuta e filosofo della scienza, professore dell'Università di Chicago e collaboratore di Carl Rogers, il sogno diventa la trama di un percorso interiore di crescita e autoconoscenza.

Nel seminario vengono esplicitati i presupposti filosofici, psicologici e neurofisiologici del metodo, e, con dimostrazioni dirette, vengono fornite le istruzioni passo-passo per la sua utilizzazione, anche in completa autonomia.



**Dott. ADRIANO BILARDI**

Professional Counselor, Certified Hypnotherapist. Master Trainer di Programmazione neurolinguistica. Coach. Formatore.

*Esperto in ipnosi.*

Riceve su appuntamento [335 5396141].

[www.adrianobilardi.it](http://www.adrianobilardi.it)

PROGRAMMA

**9:30 – 10:00** REGISTRAZIONE PARTECIPANTI

**10:00 – 11:15** Il Focusing e il felt-sense: l'esperienza somatica di frontiera fra il conscio e l'inconscio, riguardo a una situazione, che nasce ed evolve, prima di diventare pensiero linguistico, cosciente e razionale.  
ESERCITAZIONE PRATICA  
DISCUSSIONE

**11:15 – 11:30** *Pausa*

**11:30 – 13:00** Il metodo: le domande di esplorazione cui il corpo risponde.  
ESERCITAZIONE PRATICA  
DISCUSSIONE

**13:00 – 15:00** *Pausa (pranzo)*

**15:00 – 16:15** Ottenere qualcosa di nuovo dal sogno: la direzione della propria crescita ed evoluzione.  
ESERCITAZIONE PRATICA  
DISCUSSIONE

**16:15 – 16:30** *Pausa*

**16:30 – 18:00** Simboli e metafore nei sogni.  
ESERCITAZIONE PRATICA  
DISCUSSIONE

**18:00 – 18:30** Conclusioni