

COME RAGGIUNGERE LA SEDE DEL CORSO

Il Ròseo 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.



QUOTE DI PARTECIPAZIONE (max 40 partecipanti):

Partecipanti: **80 €** Studenti: **40 €** (status da dimostrare al momento della registrazione)

Per gli iscritti con bonifico effettuato entro il 25 febbraio 2015: **60 €**

Le iscrizioni si chiudono alle ore 24:00 di giovedì 05.03.2015. I bonifici effettuati dopo tale scadenza non saranno accettati come iscrizione.

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 FOCUSING del 08.03.2015)

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.*

FOCUSING PER LA TUA CRESCITA PERSONALE IL METODO ESPERIENZIALE DI ATTENZIONE INTROSPETTIVA CORPOREA SEMINARIO INTERATTIVO

Adriano Bilardi

Imparerai a

- Esperire somaticamente pensieri ed emozioni
- Accedere al luogo in cui si forma la sensazione corporea di un problema, di un sintomo, di una situazione
- Agevolare il processo di crescita, evoluzione e cambiamento

VERONA

**Domenica 8 marzo 2015
dalle 9:30 alle 19:00**

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

www.adrianobilardi.it
[COACH] [COUNSELOR] [ESPERTO IN IPNOSI]

Il Focusing è una modalità di attenzione introspettiva corporea che può essere applicata a varie forme d'intervento, nella relazione d'aiuto psicologico o anche autonomamente.

Ciò che distingue il Focusing dall'ordinaria consapevolezza dei sentimenti è che inizia dal corpo e avviene al margine fra conscio e inconscio: in quella zona si può lasciar emergere un'impressione somatica (felt-sense) di un qualunque argomento ed esplorarla.

Con il Focusing s'impara a esperire somaticamente pensieri ed emozioni che spesso rimangono a un livello più superficiale di coscienza, e a sentire quindi il corpo dall'interno, accedendo così, *regolarmente e deliberatamente*, proprio al luogo in cui avviene il cambiamento.

A paragone dei nostri soliti pensieri e sentimenti, il materiale che proviene dal margine della coscienza esperito somaticamente è più complesso e sfaccettato, ma al tempo stesso più soggetto a evoluzioni.

Nel metodo esperienziale, teorie, concetti e parole significano le effettive esperienze che rilevano dentro di noi: si possono pensare e fare più cose nuove partendo dalle esperienze, piuttosto che dai concetti.



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

PROGRAMMA

9:30 – 10:00 REGISTRAZIONE PARTECIPANTI

10:00 – 11:15 Scoprire la frontiera fra conscio e inconscio, dove nasce il felt-sense e l'esperienza somatica si evolve, prima di diventare teoria cognitiva
ESERCITAZIONE PRATICA
DISCUSSIONE

11:15 – 11:30 *Pausa*

11:30 – 13:00 Le caratteristiche dei passi esperienziali attraverso i quali evolve l'esperienza somatica
ESERCITAZIONE PRATICA
DISCUSSIONE

13:00 – 14:30 *Pausa (pranzo)*

14:30 – 16:00 I sei momenti del processo di Focusing
ESERCITAZIONE PRATICA
DISCUSSIONE

16:00 – 16:15 *Pausa*

16:15 – 18:30 Il Focusing in coppia: i compiti dell'agevolatore
ESERCITAZIONE PRATICA
DISCUSSIONE

18:30 – 19:00 Conclusioni