

IL CORPO COSCIENTE

Laboratorio psicocorporeo



Radicamento, presenza, manifestazione

**Abitare il proprio corpo, per coltivare la propria integrità,
il contatto con i propri desideri, la meraviglia e la responsabilità di esserci
Essere radicati nel corpo per affermare la propria separata individualità,
per esprimersi, esplorare ed espandersi
e per coltivare il contatto e la connessione con le altre persone e con l'universo intero**

Un ciclo di incontri esperienziali, finalizzati a incrementare le proprie risorse di autoregolazione, l'integrazione tra psiche, corpo ed emozioni e la capacità di modulare l'apertura e la strutturazione dei limiti nelle relazioni interpersonali

Il lavoro sarà centrato su esperienze corporee in gruppo, con momenti di approfondimento individuale e di condivisione

Gli incontri si svolgeranno presso Cubo - Mondo incantato, Via Zanardi 249

Martedì dalle 19,30 alle 21,30 nelle seguenti date: 7, 14, 28 novembre, 5, 19 dicembre 2023

Gli incontri inizieranno puntuali, si chiede quindi di arrivare con alcuni minuti di anticipo

Sebbene sia fortemente consigliata la partecipazione all'intero ciclo, è possibile partecipare a singoli incontri

Costi: 150 € per il ciclo completo, 40 € per un singolo incontro

110 € per chi ha già partecipato ad una edizione precedente de Il corpo cosciente e per studenti

E' necessario portare un proprio materassino da yoga o da ginnastica, una coperta e un cuscino, meglio se tipo da meditazione o comunque abbastanza spesso

Si consiglia un abbigliamento comodo (ad esempio una tuta da ginnastica)

Per ulteriori informazioni e iscrizioni

pao.ballarin@gmail.com <https://paoloballarin.com/il-corpo-cosciente-4/>

Paolo Ballarin, psicologo e psicoterapeuta, specializzato in psicoterapia individuale e di gruppo presso l'Istituto dell'Approccio Centrato sulla Persona, fondato in Italia da Carl Rogers, si è formato nell'orientamento psico-corporeo a partire dal 1990

Dal 2000 svolge attività privata di psicoterapia individuale e di gruppo. Conduce gruppi di crescita personale. Già direttore tecnico della Accademia di Aikido di Bologna, pratica Aikido Kobayashi Ryu e Aikishintaiso da molti anni

<https://paoloballarin.com/paolo-ballarin/>