

Incontrarsi attraverso lo psicodramma

Suonare i tasti del cuore

***Alla ricerca della libertà e gentilezza
di essere sé***

condotti da Valeria Maggiali



*L'ombra che ho frugato ormai non mi appartiene.
Io ho la gioia duratura dell'albero,
l'eredità dei boschi, il vento del cammino
e un giorno deciso sotto la luce terrestre.
Pablo Neruda- La grande gioia*

Un percorso fatto di emozioni, corpo, sguardi, lacrime,
passi, mani e piedi, volti, carezze e abbracci, voci, seggiole
e tappeti, luci, umori, tempo e spazio, gusti e
sapori...cinque giornate per esplorare **l'incontro, il TU e**

**l'IO e il desiderio del corpo di "esserci qui ed ora"
attraverso l'esperienza vitale della relazione.**

**Suonare i tasti del cuore, con tutte le dita
permettendo di affacciarsi alla nostra porta,
vergogna, pudore, paura, gioia, curiosità, tristezza,
amore, ...Utilizzeremo a tale scopo tecniche di lavoro in
piccoli e grandi gruppi, socio e psicodramma, genodramma
e mindfulness integrati da lavoro corporeo.**

Sabato 25 gen 2014

*"Di cosa parliamo quando parliamo d'amore: materno e
paterno"*

aprile 2014

*"Da dove viene la cura di me? Dare, prendere, chiedere e
ricevere...
Genodramma e gentilezza"*

Sabato e domenica 10 e 11 maggio 2014

*"La grande gioia: crescita, cambiamento, compassione.
Suonare i tasti del cuore"*

**Il numero delle persone ammesse all'incontro va da un
minimo di 6 ad un massimo di 15/18 persone.**

che cos'è lo psicodramma?

Lo psicodramma, ideato da J. Levi Moreno, è un metodo d'approccio psicologico che consente alla persona di esprimere le diverse dimensioni della sua vita e di stabilire dei collegamenti costruttivi fra di esse. Lo psicodramma facilita, grazie alla rappresentazione scenica e a tecniche di lavoro attive, lo stabilirsi di un intreccio più armonico tra le esigenze intrapersonali e le richieste della realtà, e porta alla riscoperta ed alla valorizzazione della propria spontaneità e creatività. Si svolge in gruppo, prezioso strumento di relazione e cura, condotto e facilitato da un Direttore.

Orari: dalle 9.30 alle 17.30 con pausa pranzo leggera, inclusa nella pratica di consapevolezza

Costi: 80€ a giornata. Il costo del weekend è 160€. Per chi si iscrive a tutti i seminari + weekend il costo a giornata è di 70€

Dove

Casa della Pace di Marina di Pietrasanta (almeno per il primo incontro) o **Casa per ferie presso Marina di Massa**, dipenderà dal numero delle persone e dalla disponibilità della Casa della Pace, per chi viene da fuori entrambe le location offrono la possibilità di fermarsi a dormire ad un prezzo contenuto (è consigliabile prenotare il proprio posto con anticipo).

Per ulteriori info e iscrizioni rivolgersi a Valeria Maggiali

vmaggiali@gmail.com

+39 3288362171

Qualcosa di me...

Formatrice e direttrice di Psicodramma, lavora in ambito psicopedagogico e utilizza il metodo psicodrammatico per lo sviluppo della spontaneità e creatività di ogni uomo e ogni donna con attenzione alle situazioni di “**conflitto**”. FORMATRICE, laureata in Scienze della Formazione e formatasi alla Scuola Triennale maieutica del CPP, si occupa di progettare, gestire e sviluppare processi pedagogici di apprendimento specialmente in relazione alle competenze sociali, relazionali, personali che permettono l'**espressione di sé**. Ha lavorato diversi anni in Africa nel campo della Protezione dei diritti umani e della Formazione. Specializzata alla scuola per CONDUTTORI DI GRUPPO di E. Spaltro ha competenze nell'ambito della lettura delle dinamiche di gruppo e **di ciò che ciascuno porta dentro il modo in cui sviluppa le proprie relazioni**. Collabora col Centro Psicopedagogico per la pace e la gestione dei conflitti di Piacenza, in qualità di FORMATRICE E PSICODRAMMATISTA (corso breve La MANUTENZIONE DEI TASTI DOLENTI e Progetto Europeo CONTEST). Data la sua propensione al **desiderio di condividere bellezza, si dedica a tradurre in parole e attività il desiderio di veder brillare gli occhi e pulsare il cuore**, attraverso la progettazione e conduzione di interventi psicopedagogici, in particolare percorsi di crescita personale rivolti ad ADULTI e ADOLESCENTI.

Praticante e insegnante yoga, nel 2011 ha frequentato il corso base di MINDFULNESS MBSR protocollo per la riduzione dello stress e nel 2013 MINDFULNESS SELF COMPASSION MSC e da allora anche la meditazione è diventato un altro modo di **prenderci cura del proprio e altrui essere sé**.