



LA VIA DEL CORPO: COSCIENZA, CORPO ED ENERGIA

Pratiche Psicocorporee Integrative per lo sviluppo personale e la relazione d'aiuto



CREA AREA
PRATICHE PSICOCORPOREE
INTEGRATIVE

“

*Presenza nel corpo
Corpo nello spazio
Spazio nella coscienza
Coscienza nel movimento
Movimento nel cuore
Cuore nel cammino.*

J. Llano

”

IL PERCORSO

Un programma di sperimentazione e apprendimento centrato sullo sviluppo della consapevolezza, la trasformazione e la crescita personale attraverso il lavoro psicocorporeo e sul Sé.

Nel percorso ci dedicheremo alla comprensione delle dinamiche psichiche, affettive, energetiche e corporee; approfondiremo il contatto con il Sé, attivando e sviluppando le risorse naturali e organismiche per affrontare i passaggi esistenziali che la vita richiede; sbloccheremo la forza vitale in direzione dell'incontro con l'istinto, la spontaneità e la spiritualità della persona. Il lavoro integrativo sul corpo sarà una via di trasformazione, liberazione, accompagnamento e guarigione della parte più profonda, autentica e sottile dell'essere.



A CHI È RIVOLTO

A tutte le persone che sono interessate al lavoro personale di crescita e sviluppo del proprio potenziale attraverso il lavoro sul Sé, il corpo e le sue risorse.

A psicologi, terapeuti, educatori ed esperti della relazione d'aiuto che sono interessati ad apprendere e/o approfondire questa metodologia di lavoro integrativo.

A cercatori, persone in cammino e viaggiatori del profondo che, inquieti, continuano giorno dopo giorno il viaggio di conoscenza e ricerca.



OBIETTIVO GENERALE E METODOLOGIA

Il programma mira a sviluppare la capacità dell'individuo di autoregolarsi e di relazionarsi con il proprio mondo interno e con gli altri in modo realistico e creativo attraverso la piena espressione di sé in senso psicofisico, affettivo e spirituale; si creeranno, inoltre, le basi per porre quanto appreso e sperimentato a livello personale al servizio degli altri nella relazione d'aiuto.

Nel corso dei moduli si farà esperienza diretta e in modo approfondito di differenti pratiche psicocorporee in una visione integrativa che unisce, in modo organizzato e sistematizzato, approcci

terapeutici che hanno come base comune il lavoro con il corpo come via di sviluppo personale, collettivo e spirituale: la **Gestalt Integrativa** (J. Llano, C. Naranjo), la **psicoterapia corporea e somatico-relazionale** (W. Reich, A. Lowen, L. Bourbeau), la **pratica del Movimento Autentico e la immaginazione creativa** (M. Whitehouse, C. Jung), la **respirazione** e la **Psicologia Transpersonale** (S. Grof), il **lavoro con la negatività e le parti d'ombra della personalità, il movimento espressivo** (G. Roth), le **Artiterapeutiche** e in generale l'espressione del Sé attraverso il corpo, il movimento e l'arte.

“

Vivere nel profondo del proprio essere all'inizio può essere doloroso o spaventoso, ma può anche essere appagante e gioioso, se abbiamo il coraggio di attraversare l'inferno per raggiungere il paradiso

A. Lowen

”



OBIETTIVI SPECIFICI

- » Riconoscere e comprendere le dinamiche psicocorporee, affettive ed energetiche in relazione alla propria di vita e organizzare questa conoscenza al servizio del cambiamento e della crescita personale.
- » Approcciarsi ai differenti modelli di intervento psicocorporeo proposti, facendo esperienza dei principali fondamenti teorici e pratici nella visione integrativa e originale che caratterizza il percorso.
- » Osservare e riconoscere il proprio corpo, sfruttare la sua stessa energia e prendere coscienza del vero cambiamento che si crea in ognuno.
- » Sviluppare una personale esperienza di trasformazione e apprendimento attraverso il corpo, l'energia e la mente e saper porre questa conoscenza nella relazione con gli altri in direzione del raggiungimento dello stesso obiettivo.
- » Apprendere a ripristinare l'impulso vitale interrotto e a rilasciarlo attraverso l'espressione e il movimento.
- » Creare un luogo interno ed esterno\gruppale di lavoro sul Sé per affrontare i passaggi esistenziali che la vita richiede, per esplorare il mondo relazionale e affettivo della persona.
- » Offrire una metodologia di esplorazione del Sé che integri i differenti livelli della persona (corporeo, cognitivo, affettivo ed energetico) includendo quello spirituale e stimolare la sua integrazione come pratica di vita quotidiana e potenziale strumento di lavoro nella relazione d'aiuto.





PROGRAMMA

Il programma è suddiviso in dieci moduli che si svolgono nell'arco di un anno dal venerdì mattina alla domenica sera. È prevista l'assistenza, facoltativa, quindicinale al Laboratorio Terapeutico Integrativo e a gruppi di studio virtuali.

01

IL SÉ: PRINCIPI ENERGETICI E CONFINI CORPOREI

- » La dimensione psicocorporea e il principio energetico
- » Aprirsi alla sensazione: attenzione interna, respiro e contatto profondo
- » Le basi della realizzazione personale: radicamento, autosostegno e unità
- » Il recupero della vitalità e il lavoro con l'energia: flussi, interruzioni, carica e scarica
- » Abitare il corpo, il cuore e la mente: sanare e ricostruire i propri confini psicocorporei

03

MOVIMENTI RIPARATORI: BIOENERGETICA E COSTELLAZIONI FAMILIARI

- » Il lavoro psicocorporeo nella prospettiva fenomenologica delle costellazioni familiari
- » Le memorie di dolore e la riduzione del flusso vitale
- » Le ferite infantili e le difese v.s. l'adulto e la protezione
- » Sanare il corpo di dolore e recuperare i diritti esistenziali
- » Concludere i movimenti interrotti per aprirsi al cammino

02

IL RISCATTO DELLA SPONTANEITÀ, MOVIMENTO AUTENTICO I

- » Esprimere nel movimento e recuperare la spontaneità del muoversi
- » Il Movimento Autentico e la fiducia di base
- » Attendere il presente e seguire l'impulso organico
- » Il ciclo naturale delle emozioni e il loro potenziale
- » La pratica dell'affidarsi a "quello che c'è"

04

PUNTO ZERO: GESTALT E MOVIMENTO AUTENTICO

- » Coscienza in azione e azione cosciente
- » Sopprimere il superfluo, esprimere quello che c'è ed integrare
- » La confrontazione: dall'io ideale all'io reale
- » Il punto zero e l'indifferenza creativa
- » La pratica del creare il vuoto e dell'essere completi

05

POSSEDERE L'OMBRA

- » Liberare e integrare le parti escluse della personalità: contributo energetico e creativo
- » Il potenziale energetico delle introiezioni genitoriali negative
- » Lavorare con l'ombra, i demoni e la negatività
- » La pazzia e l'inferno
- » La luce e la parte vitale

07

LA MUSICA DEL CORPO

- » La musica del corpo e il cambiamento
- » Gesto e suono
- » Eventi sonori, azione e stati emozionali profondi
- » Improvvisazione musicale e improvvisazione per la vita: uno stretto legame
- » La voce: il corpo che diventa suono

09

LE FORME DELL'INCONSCIO. MOVIMENTO AUTENTICO III

- » L'immaginazione attiva di C.G. Jung
- » Lavorare con l'inconscio personale, collettivo, primordiale e il Sé
- » Archetipi in movimento: persona e ombra, anima e animus
- » Esprimere la creatività: suoni, scrittura e pittura
- » La pratica dell'abbandonarsi al mistero

06

LO SVILUPPO DELLA PRESENZA. MOVIMENTO AUTENTICO II

- » Il ruolo del testimone e la presenza
- » Il contenimento, il riflesso terapeutico e il silenzio
- » Sospendere il giudizio e sopprimere il dover essere
- » Aprire lo spazio, creare il campo
- » La pratica della "meditazione in movimento"

08

APRIRSI AL PIACERE: CORPO, ENERGIA E SESSUALITA'

- » Riconoscere e sanare le ferite psicosessuali
- » Il cuore e il sesso: sblocco corporeo e integrazione dell'energia sessuale
- » Sperimentare il piacere nel contatto con sé e nel contatto con l'altro
- » L'estasi come via di liberazione
- » Porre l'energia sessuale al servizio della vita e del cammino

10

LE TRE PORTE DELL'ESSERE

- » Le tre porte dell'essere come vie d'accesso al mondo sottile: il cuore, la base e la mente
- » Preparare il viaggio e dissolvere la densità: lo sblocco psicocorporeo del petto, bacino e collo
- » Sperimentare stati non ordinari di coscienza attraverso la respirazione profonda
- » Il processo transpersonale del trascendere la ferita e lasciar emergere la saggezza spontanea
- » Il cielo nella terra: creare il proprio mondo attraverso il movimento creativo e l'arteterapia



- » Psicoterapeuta e formatrice.
- » Psicologa della Pontificia Universidad Javeriana de Cali.
- » Specializzata in Movimento Autentico, Berkeley, CA.
- » Formata in Gestalt Integrativa e Costellazioni Familiari e Sistemiche con Jorge Llano.
- » Formata nelle pratiche mente-corpo e appassionata di Meditazione e Buddismo.
- » Discepola e collaboratrice di Claudio Naranjo nel Programma SAT.
- » Specialista nel lavoro di conoscenza di Sé attraverso l'Enneagramma.
- » Membro fondatore dell'Associazione Colombiana di Terapia Gestalt.
- » Docente e formatrice di Transformacion Humana Colombia da più di vent'anni.
- » Collabora con molteplici istituti di formazione in America Latina ed Europa.
- » **Coordinatrice e creatrice del programma "La via del corpo", Area Pratiche Psicocorporee Integrative, presso ISTITUTO CREA.**
- » **Socio fondatore di ISTITUTO CREA.**



- » Psicologo dell'Università "La Sapienza" di Roma.
- » Psicoterapeuta Gestalt e Analista Bioenergetico Certificato (CBT) dall'Istituto Internazionale di Analisi Bioenergetica (IIBA) fondato da Alexander Lowen.
- » Formatosi in Costellazioni Familiari e Sistemiche con Jorge Llano.
- » Ha studiato per più di 15 anni con Chogyal Namkai Norbu Rinpoche e attraverso di lui con diversi lama della tradizione buddista tibetana.
- » È stato discepolo e collaboratore del Dott. Claudio Naranjo nel programma SAT in Italia.
- » Formatore internazionale e didatta FISIG (Federazione Istituti e Scuole Italiane della Gestalt).
- » Formatore e collaboratore dei programmi di Transformacion Humana Colombia.
- » Fondatore dell'Istituto Artiterapeutiche di Napoli.
- » **Coordinatore e creatore del programma "La via del corpo", Area Pratiche Psicocorporee Integrative, presso ISTITUTO CREA.**
- » **Socio Fondatore ISTITUTO CREA.**



- » Psicologo, musicista, musicoterapeuta, formatore.
- » Laureato in Scienze politiche e in Psicologia (Laurea magistrale in Psicologia clinica).
- » Diplomato in contrabbasso (Conservatorio Morlacchi di Perugia), si è formato con Fernando Grillo sulla tecnica strumentale e con Boris Porena sulla didattica e la composizione.
- » Ha inciso numerosi dischi e collaborato con molti artisti di musica classica, jazz e contemporanea.
- » Svolge attività clinica come psicologo.
- » È docente di Improvvisazione ed espressione e di Psicologia della Musica nel corso di musicoterapia del Conservatorio Casella dell'Aquila.
- » Insegna Composizione di base nel corso quadriennale di Musicoterapia del CEP di Assisi (dove si è diplomato in musicoterapia).
- » **Direttore didattico corso di formazione triennale in Arteterapia presso ISTITUTO CREA.**
- » **Socio fondatore ISTITUTO CREA.**



CODIDATTI

- » Psicologa
- » Arteterapeuta
- » Conduttrice di Classi di Movimento Bioenergetico
- » Tutor c/o ISTITUTO CREA
- » RBT e Psicoterapeuta in formazione in Analisi Bioenergetica c/o S.I.A.B. – Società Italiana di Analisi Bioenergetica
- » Collabora con diverse Cooperative in qualità di psicologa e arteterapeuta
- » Conduce classi di movimento bioenergetico e svolge attività clinica individuale

Crede in un approccio creativo alla vita, nelle arti e nel corpo come possibili vie di sostegno e cura.



ISTITUTO
CREA

crescita e relazione d'aiuto

CONTATTI

Via Salvator Rosa 281 – Napoli

+39 331 9048569

segreteria@istitutocrea.it

SEGRETERIA APERTA AL PUBBLICO
OGNI MARTEDÌ DALLE 10:00 ALLE 13:00