



CENTRO CLINICO DE SANCTIS
SERVIZIO DI PSICHIATRIA E PSICOTERAPIA

RI-CONOSCERE IL CORPO

Gruppo esperienziale guidato

Dott.sse A. Muscetta – M. Lepore

L'esperienza corporea è ciò che ci guida fin dalla nascita nella costruzione della persona che siamo e del nostro senso di identità. Può succedere che qualche evento di vita "stressante" interrompa la comunicazione e l'alleanza tra mente e corpo e ciò può interferire con le attività quotidiane e compromettere le nostre relazioni. Le conoscenze scientifiche oggi mettono a disposizione nuove tecniche terapeutiche per ripristinare le connessioni mancanti tra esperienza corporea e attività mentale ed identità.

Il gruppo si rivolge a chiunque sia interessato a lavorare su queste tematiche in modo pratico-esperienziale, ha cadenza quindicinale per un totale di 12 incontri della durata di 1 ora e mezza. Si svolgerà il martedì dalle ore 19 alle ore 20.30 presso il Centro Clinico De Sanctis.

Terminato il Primo Livello di 12 sedute, si potrà accedere, se richiesto, ad un Secondo Livello di incontri per approfondire ed allenare le abilità apprese.

Ogni gruppo si attiva al raggiungimento di un minimo di 4 partecipanti e prevede massimo 10 partecipanti.

Per info rivolgersi a:

Dott.ssa Marta Lepore

Tel. 328/8234104

mail: marta.lepore@hotmail.it

CALENDARIO INCONTRI (Primo Livello)

1. **Accoglienza e introduzione**
Dott.ssa Muscetta, Dott.ssa Lepore
2. **L'accesso al corpo e introduzione alle risorse**
Dott.ssa Muscetta
3. **Psicoeducazione sul trauma e implicazioni per mente e corpo** Dott.ssa Lepore
- 4-5. **La scoperta delle risorse somatiche** Dott.ssa Muscetta
6. **Favorire il benessere psico-fisico. Parte 1: la respirazione, il metodo Jacobson per il rilassamento muscolare, il body scanner** Dott.ssa Lepore
7. **Il corpo e l'identità: introduzione al dialogo tra le componenti dell'identità** Dott.ssa Muscetta
8. **Favorire il benessere psico-fisico. Parte 2: la meditazione e le tecniche immaginative** Dott.ssa Lepore
9. **Il dialogo interno tra le componenti dell'identità e l'integrazione all'interno della personalità. Parte 1**
Dott.ssa Muscetta
10. **Potenziare le risorse con il metodo EMDR** Dott.ssa Lepore
11. **Il dialogo interno tra le componenti dell'identità e l'integrazione all'interno della personalità. Parte 2**
Dott.ssa Muscetta
12. **Sintesi e Discussione finale in gruppo**
Dott.ssa Muscetta, Dott.ssa Lepore

Gli incontri si svolgeranno nelle seguenti date:

07-11-2017	21-11-2017	05-12-2017	19-12-2017
09-01-2018	23-01-2018	06-02-2018	20-02-2018
06-03-2018	20-03-2018	10-04-2018	24-04-2018