

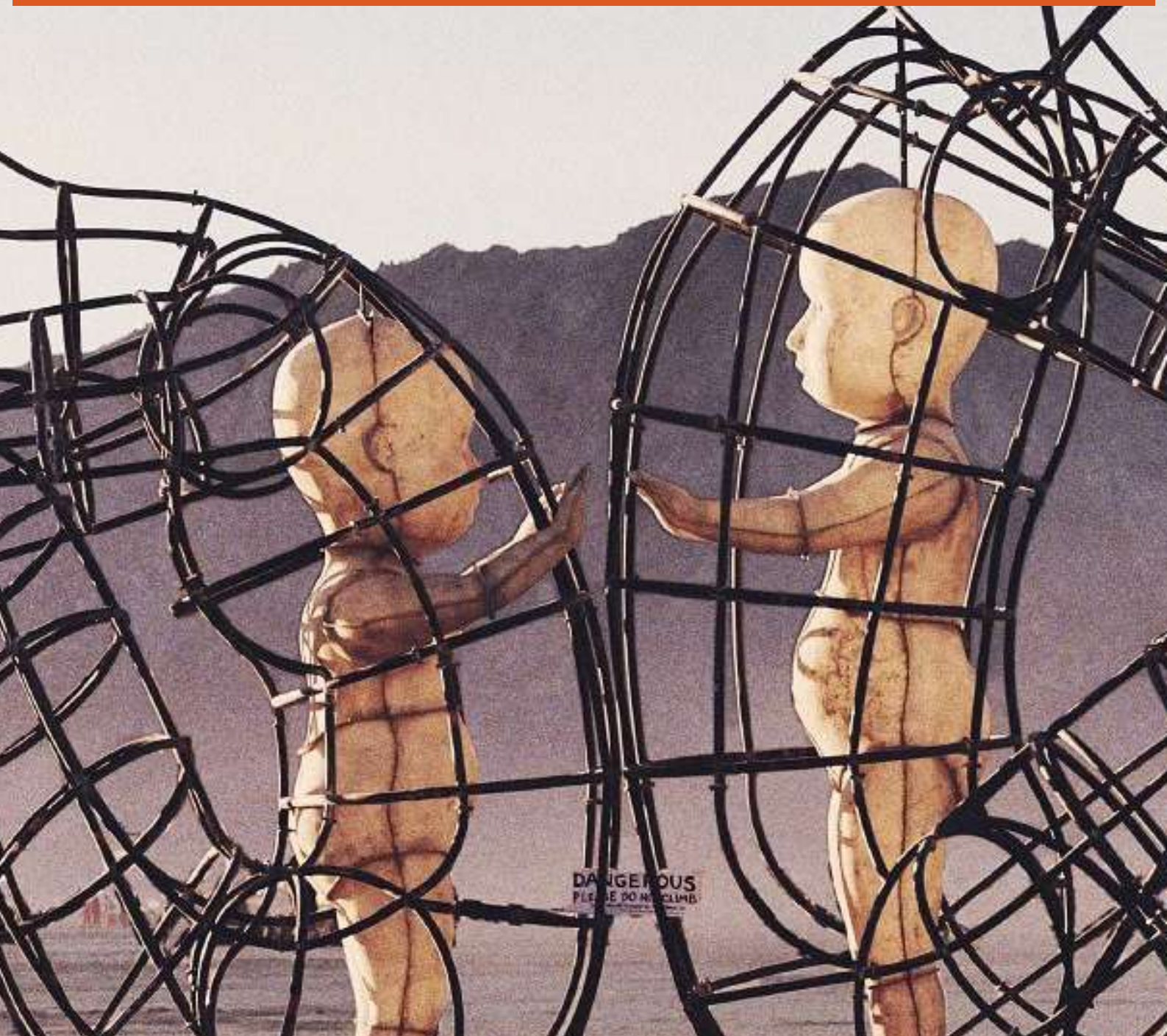


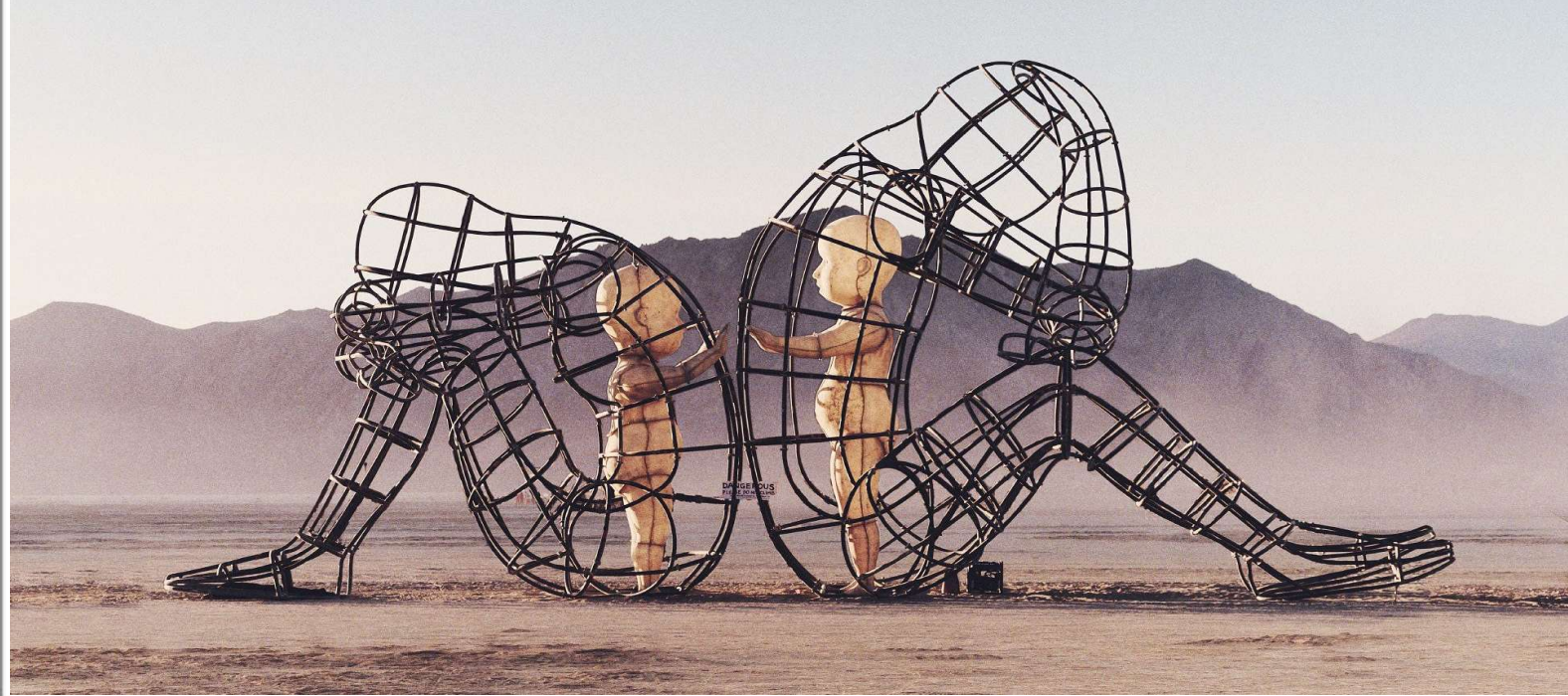
ISTITUTO HESKOLHER
Percorsi per la Vita che evolve

CONFLITTI...IN SCENA

Come e cosa imparare dalle proprie dinamiche difficili

Bologna, Novembre 2017 - Marzo 2018





“Siamo stati educati a comportarci, nelle nostre relazioni, in modo “appropriato”, a tentare di gestirle e a tentare di controllarle in modo tale che nessuno, né noi, né l'altro, sia mai a disagio o infelice. (...) La nostra cultura è essenzialmente razionale e tesa al risultato; questo si riflette sulle nostre relazioni: le vogliamo senza difetti, efficienti”. Ma spesso non è così... “Che si tratti di educare un bambino, di parlare con i nostri genitori, di confrontarci con un collega, di riconnetterci con la persona amata, le cose possono diventare inspiegabilmente complicate”. Hal e Sidra Stone, ideatori della Dinamica dei Sé e del Voice Dialogue

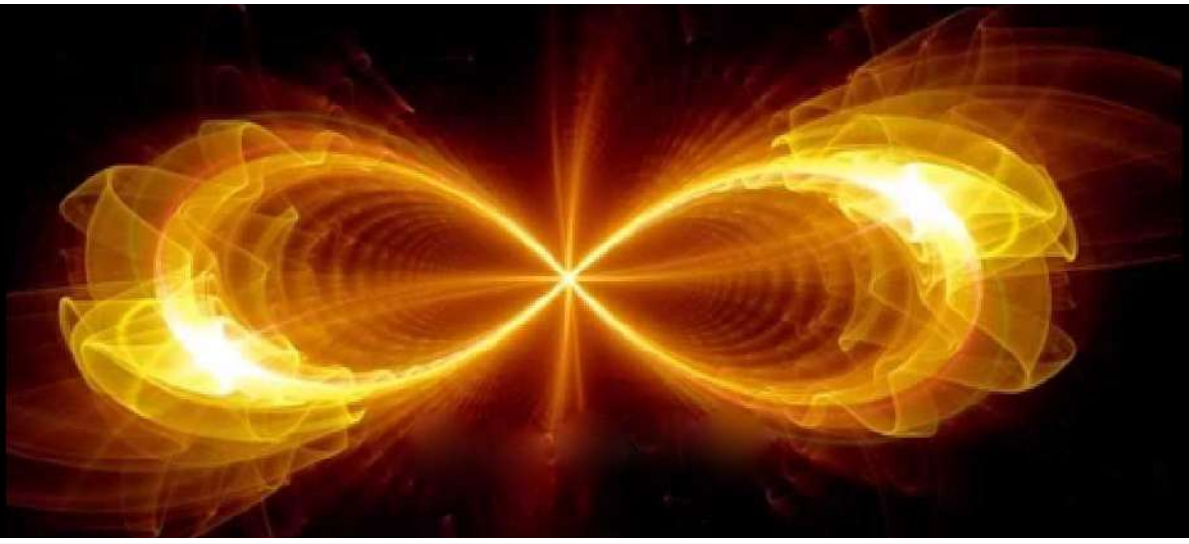
Introduzione

La maggior parte delle persone ha una vita fatta di relazioni e per questo accade che si trovino coinvolte in dinamiche negative, in conflitti, spesso anche molto dolorosi. Ognuno di noi è costituito di numerosi aspetti, o Sé; per questo motivo ci è difficile comportarci sempre in modo coerente o totalmente prevedibile e le nostre relazioni sono inevitabilmente complesse creando spesso dinamiche difficili da gestire.

Poche persone sanno però dell'opportunità che queste dinamiche negative, i conflitti, possono offrire.

Riconoscere consapevolmente la propria complessità interiore aiuta a utilizzare ciò che accade nelle nostre interazioni interpersonali, anche i conflitti, come un'opportunità, una sfida, un'insegnante, una guida nella nostra evoluzione personale di consapevolezza.

Questi incontri offriranno ai partecipanti l'opportunità di imparare dai loro conflitti per evitare di ricadere sempre nelle stesse dinamiche e di sentirne solo il “dolore”, senza assaporarne la “Saggezza”.



METODOLOGIA

Le giornate sono organizzate in gruppo con una metodologia esperienziale che si sviluppa attraverso diversi approcci e diverse tecniche.

- **La Dinamica dei Sé e il Voice Dialogue**, un approccio, la prima, e una tecnica, la seconda, di crescita personale, nati negli Stati Uniti negli anni '70 i cui ideatori sono Hal Stone, Ph.D. e Sidra Stone, Ph.D. Sono considerati in tutto il mondo tra gli approcci più straordinari e gli strumenti più efficaci per lo sviluppo e la crescita personali.
Si basano sul principio che l' "Io" non è una realtà monolitica, ma una molteplicità di aspetti (Sé interiori) che possono confluire in modo più o meno armonico per operare nel mondo e sviluppare la propria personalità.
Nello specifico si lavorerà attraverso la teoria delle **Dinamiche di Vincolo**. L'espressione "dinamica di vincolo" fa riferimento al legame fondamentale che si instaura tra genitore e bambino, come modo naturale con cui gli esseri umani danno e ricevono nutrimento. La dinamica di vincolo si sviluppa quando tra due persone è in atto un' interazione che ricalca il rapporto genitore-figlio, tra la parte genitoriale di una persona e il Sé figlio di un'altra e viceversa.
- **La Messa in scena**, mutuata dalle **Costellazioni familiari e sistemiche**, che utilizza il supporto del campo energetico, favorendo l'emersione di dinamiche nascoste all'interno delle relazioni tra gli individui. Particolare attenzione sarà data anche alla consapevolezza degli aspetti di vulnerabilità che ogni dinamica negativa nasconde.
- **La FlowEnergies Dance**, movimento corporeo, accompagnato dalla musica, che permette l'apertura e la sensibilizzazione del corpo e la trasformazione energetica durante le sessioni. Aspetti fondamentali per permettere al lavoro di gruppo di fluire naturalmente nel processo che di volta in volta si attiverà.



OBIETTIVI

Per favorire la massima partecipazione di tutti e il raggiungimento degli obiettivi, **il gruppo è chiuso e riservato ad un massimo di 15 persone.**

- Autoconoscenza
- Poter scegliere in maniera consapevole e libera nella propria vita
- Sviluppo della creatività
- Ampliamento della capacità e delle possibilità di rispondere alle sfide della vita
- Relazioni interpersonali più intime e soddisfacenti
- I professionisti, oltre ad un arricchimento personale, troveranno nuovi concetti efficaci e profondi per arricchire la propria pratica professionale

Contenuti

- Lavoro sulle dinamiche che i partecipanti porteranno di volta in volta
- Approfondimento e messa in scena delle dinamiche interiori ed esteriori dei partecipanti
- Esercizi di scambio energetico
- Condivisioni gestite attraverso il counseling di gruppo
- Messa in scena dei sogni dei partecipanti

Destinatari

Tutti coloro che sono interessati alla crescita personale e/o possono avere interesse professionale nelle relazioni e nella comunicazione umana, nelle dinamiche relazionali o nell'insegnamento, nel teatro e nell'arte terapia.



Counselor



Elena DDV Dragotto. Fondatrice dell'Istituto HeskaiHer e Direttrice della Scuola di Counseling Voice Dialogue dell'Istituto, dottore in Psicologia e Counselor relazionale supervisore. Ha un'esperienza ed una pratica di oltre 20 anni in Dinamica dei Sé e Voice Dialogue, e si è formata anche in Costellazioni Familiari e in Musicosophia. Già docente del Master "Comunicazione e relazioni Interpersonali" presso l'Università di Siena dal 2001 al 2011; è specializzata in gruppi di autostima ed empowerment rivolti alle donne. Ha introdotto la Dinamica dei Sé e il Voice Dialogue anche in Spagna, attraverso conferenze, workshops e sessioni individuali.

Date e Orario

Sabato 18 novembre dalle 10:00 alle 13:00 incontro introduttivo e di presentazione;
21 gennaio; 17 febbraio; 11 marzo dalle 10:00 alle 13:00 e dalle 14:30 alle 17:30

Costo

€20 primo incontro introduttivo

€90 a incontro. Al termine di ogni incontro è necessario versare la quota anticipata per l'incontro successivo, altrimenti il costo sarà di €110.

Le quote si intendono esclusa Iva.

Luogo di svolgimento

Centro Natura - Via degli Albari, 4A - Bologna

Informazioni e Iscrizioni

info@heskaiher.com; www.heskaiher.com; Tel.: 347 4179106