

Rappresentare le emozioni

Lo scopo di questo workshop è quello di fornire strumenti e tecniche atti ad esplorare, esprimere e comprendere le proprie emozioni, attraverso modalità che stimolino a pensare e ad agire in maniera più creativa ed efficace. Molte persone, infatti, potrebbero superare un dolore più facilmente se solo potessero in qualche modo esprimerlo o parlarne. Ma non sempre le esperienze emozionali possono essere tradotte in parola: i pensieri e le parole possono spesso interferire quando si cerca di entrare in contatto con i sentimenti; per esprimere un sentimento può capitare di scegliere delle parole che distorcono il significato dell'emozione stessa, o lo riferiscono in modo generico e poco efficace.

La danza, il teatro e le arti pittoriche sono attività espressive ed artistiche che consentono di rappresentare i propri vissuti ed emozioni.

Il movimento aiuta ad elaborare disagi, sofferenze, traumi psichici, inibizioni e a trovare un altro senso a ciò che avviene nella propria esistenza. La danza è qui concepita come amplificazione del movimento al fine di integrare il linguaggio cognitivo, che, nel corso dell'esistenza, va via via complessificandosi con quello corporeo. L'integrazione di questi diversi piani permette maggior comunicabilità dei contenuti.

Il teatro consiste nella messa in scena dei propri vissuti, esso implica l'educazione alla sensorialità e al proprio movimento corporeo e vocale. La teatralità aiuta ad ottenere un maggior controllo sulla propria espressività, che non sia però improntato al reprimersi, ma ad aprirsi, mostrarsi e valorizzarsi nei contesti relazionali.

Infine, anche il disegno e le arti espressive permettono di ricordare ed esprimere i propri sentimenti; le immagini possono aiutare a vedere

quello che non sempre è possibile verbalizzare, essendo libere dal pensiero logico e dal linguaggio sequenziale. L'uso delle tecniche grafiche consente di far uscire parti di Sé e di vederle in modo obiettivo, di Mostrarsi per quello che si è con meno timore e vergogna, aprirsi e valorizzare i propri sentimenti e le proprie competenze.

Riferimenti teorici

Il Funzionalismo Moderno, sulla cui epistemologia si basa il costruito clinico della Scuola Europea di Formazione in Psicoterapia Funzionale, nasce dalla necessità di integrare nella teoria e nella pratica psicoterapeutica le più recenti acquisizioni della ricerca scientifica sull'integrazione del Sé.

Il Neofunzionalismo, con un approccio olistico, si concentra su Funzionamenti che appartengono ad ogni essere vivente umano e che sono spesso visibili anche in specie animali. Infatti, la Forza, la capacità di Percepire ed Esplorare, il Sentirsi, il Contatto, sono Funzionamenti riconoscibili ed individuabili non solo nella razza umana, ma anche in molte specie animali. Ogni Funzionamento di fondo consolidato nelle Esperienze di Base, è predisposto da un preciso quadro di Funzioni, che si vanno a considerare ed a modificare nella pratica psicoterapeutica.

Le Funzioni si modulano affinché l'organismo possa esprimere ciascuno dei suoi Funzionamenti in precise Esperienze di Base nel modo più ampio possibile.

Destinatari

Il percorso formativo è rivolto a tutti coloro, inclusi studenti e specializzandi, che intendono sviluppare capacità personali attraverso esperienze pratiche che approfondiscono il tema proposto.

Programma

10.00-11.30 Rappresentarsi nel teatro

11.30-13.00 Rappresentarsi con il disegno

Pausa pranzo

15.00-16.30 Rappresentarsi con la danza e il movimento

16.30-18.00 Tecniche Funzionali sull'Esperienza di Base del Mostrarsi

Conduttrici

Dott.ssa Francesca Galvani

Psicologa, Psicoterapeuta Funzionale, socia S.I.F.

Dott.ssa Roberta Lubrano

Psicologa, Psicoterapeuta Funzionale, Coreografa

Iscrizioni

Il costo dell'iscrizione è di 50 euro.

Per iscriversi, inviare tramite e-mail la scheda di iscrizione e la ricevuta del bonifico bancario a info@psicoterapiafunzionale.it

Il bonifico va intestato a:

Associazione Centro di Psicologia e
Psicoterapia Funzionale - Istituto SIF di Padova
UNICREDIT BANCA
Filiale di Padova Via Verdi
C/C 000100438593
IBAN IT 28Y02008 12123 000100438593

Si prega di indossare un abbigliamento comodo
(tuta e calzini)

SCHEDA DI ISCRIZIONE

Nome.....
Cognome.....
Data di nascita.....
Luogo di nascita.....
Residenza: via.....n.....
CAP.....Città.....
Domicilio (se diverso dalla residenza):
via.....n.....
CAP.....Città.....
Professione.....
P.IVA.....
C.F.....
Ente di appartenenza.....
Email.....
Cell.

Padova, il
Firma.....

Autorizzo al trattamento dei miei dati, Ai sensi del
D.Lgs. n.196/2003
Firma.....

In collaborazione con la
S.I.F. "SOCIETÀ ITALIANA DI
PSICOTERAPIA FUNZIONALE"
e con la
S.E.F. "SCUOLA EUROPEA DI PSICOTERAPIA
FUNZIONALE"
Sedi: Padova, Firenze, Roma, Napoli, Catania

(www.psicologiafunzionale.it)

Per informazioni e iscrizioni, contattare:
**Associazione
Centro di Psicologia e Psicoterapia Funzionale
Istituto S.I.F. di Padova**
Via Vicenza, 12/a
35138 Padova

Lo Sportello informativo è aperto:
dal lunedì al venerdì dalle 9:00 alle 19:00

Tel: 049.7389287
Fax: 049.723961

info@psicoterapiafunzionale.it
www.psicoterapiafunzionale.it

Come raggiungere il Centro

Il Centro di Psicologia e Psicoterapia Funzionale si trova
in prossimità dell'Hotel Milano raggiungibile **dalla
Stazione Ferroviaria** con l'autobus n.10, scendendo
alla prima fermata di via Vicenza.

**Se si arriva in auto: uscendo dall'autostrada a
Padova ovest o arrivando dalla tangenziale**, si giunge
in via Vicenza entrando sul cavalcavia di Chiesanuova.
Andare in direzione del centro città, proseguire fino alla
rotonda e fare inversione di marcia.

La sede è in prossimità del distributore Agip.



Associazione

CENTRO DI PSICOLOGIA E PSICOTERAPIA FUNZIONALE

Istituto S.I.F. di Padova

Presidente: Dott. Giuseppe Rizzi
Vicepresidente: Dott.ssa Roberta Rosin

Rappresentare le emozioni



Workshop di Teatro-Danza

**Sabato 5 aprile 2014
dalle 10.00 alle 17.00**