

NOTE ORGANIZZATIVE

Sono previsti 7 incontri di due ore e trenta minuti ciascuno, con cadenza quindicinale la domenica mattina, dalle 9,30 alle ore 12,00.

Il primo incontro di presentazione si svolgerà presso la sede del Consultorio, in Piazza Santa Maria n. 4 Ancona, il giorno 31 gennaio 2016, i successivi incontri si svolgeranno presso la sala dell'Associazione "Zona Musica", via Cristoforo Colombo 106, Ancona

Il calendario degli incontri verrà comunicato al momento dell'iscrizione.

Le iscrizioni si effettuano presso la segreteria del Consultorio, tel. 331 4318320 e-mail consultoriodifamiliare@libero.it entro il 28 gennaio 2016.

IL CONSULTORIO, CHI SIAMO?

Il Consultorio Familiare del Centro Promozionale Famiglia è presente ad Ancona dal 1976.

Accoglie ed ascolta persone, famiglie e coppie; promuove incontri di formazione e corsi di prevenzione su diverse tematiche.

Il Consultorio si avvale di equipe di specialisti ed esperti nei settori psicologico, educativo, medico, legale, filosofico e religioso.

insieme
consultorio familiare
centro promozionale famiglia

**L'esperienza del sé creativo
attraverso il corpo e il movimento**



progettazione grafica: Laura Bellomo

GENNAIO 2016 - APRILE 2016

frequenza quindicinale

Gli incontri promossi dal Consultorio Familiare "Insieme" della Diocesi di Ancona-Osimo, prevedono una quota di iscrizione di 30 euro. Si svolgeranno la domenica mattina.

Iscrizioni entro il 28 gennaio 2016

Info e adesioni:

Consultorio Familiare Cell 331 4318320
e-mail: consultoriodifamiliare@libero.it

L'ESPERIENZA DEL SE' CREATIVO ATTRAVERSO IL CORPO E IL MOVIMENTO

"La creatività consiste nel mantenere nel corso della vita qualcosa che appartiene all'esperienza infantile.... la capacità di creare il mondo" D.W.Winnicott

OBIETTIVI E CONTENUTI DEGLI INCONTRI

In un mondo dove tutto accelera e dove ogni giorno sembra che ci si allontani sempre un po' di più da una relazione vitale con gli elementi della natura, proponiamo questo progetto di ricerca di contatto con sé e di sviluppo personale attraverso una relazione consapevole con il proprio mondo interno e il mondo esterno.

E' un percorso esperienziale pensato per tutti coloro che sono interessati all'esplorazione dei linguaggi espressivi del movimento, allo scopo di sviluppare e di riconoscere le risorse creative e arricchire le competenze personali nel rapporto con sé nella dimensione espressiva e relazionale.

La metodologia è attiva ed esperienziale, gli incontri si sviluppano in gruppo.

- E' previsto l'ascolto e la pratica del movimento a fini espressivi, così come l'utilizzo di materiali e strumenti artistici per scoprirne le valenze espressive e simboliche e il contributo che i diversi linguaggi offrono alla scoperta del Sé creativo.
- Si lavorerà sul movimento libero, l'ascolto del nostro respiro, sul modello dell'espandersi universale e del ritrarsi, sull'esplorazione dello spazio personale e dello spazio personale nell'interazione con l'altro, la manifestazione del sé corporeo attraverso l'esplorazione delle qualità dello spazio, del peso e del tempo, la sperimentazione delle connessioni corporee e della qualità del radicamento.
- Si lavorerà sull'esperienza del ricontattare la nostra terra e la nostra capacità di agire in essa per portare il corpo nello spazio fino alla verticalità.
- Si farà esperienza del muoversi nella dimensione sagittale sperimentando la consapevolezza di tutte le direzioni possibili per esplorare le diverse modalità di movimento del nostro viaggiare nel mondo.

Attraverso pratiche di ascolto e accompagnamento nel movimento, scambieremo le nostre impressioni e il nostro vissuto per scoprire come una stessa pratica ha una risonanza diversa in ognuno di noi.

Inoltre si lavorerà sul suono e la voce come linguaggio innato per l'essere umano, per riscoprire e imparare nuove cose su chi siamo, andando alla ricerca delle infinite possibilità espressive.

METODOLOGIA DEGLI INCONTRI

Gli incontri propongono alcuni momenti teorici ma prevalentemente saranno di carattere esperienziale.

Le metodologie che verranno utilizzate fanno riferimento alla Danza Movimento Terapia e alla Danza Sensibile con prevalente utilizzo di tecniche derivanti da quest'ultima.

La Danza Movimento Terapia usa il movimento come mezzo espressivo e comunicativo, come un processo che facilita l'integrazione psicofisica dell'individuo.

La Danza Sensibile è una pratica di movimento cosciente che allena corpo e mente all'ascolto profondo dei messaggi del corpo. Essa si propone inoltre di rivisitare alcune tappe fondamentali dell'evoluzione, rivivendo consapevolmente il processo di verticalizzazione dell'essere umano in maniera da ritrovare il senso e la potenzialità contenuti nella forma e nella struttura dei nostri corpi e nella loro memoria evolutiva. Questa pratica offre di confrontarsi con le risposte inattese che emergono spontaneamente dal corpo, di riattualizzare nella nostra relazione al presente, aprendo nuove possibilità di espressione.

Si farà riferimento anche alla musicoterapia, disciplina che stimola le persone a migliorare il proprio stato di salute utilizzando esperienze musicali e sonore.

Il corso sarà condotto dalla Dott.ssa Arianna Archibugi, psicologa-psicoterapeuta ad indirizzo analitico transazionale con una formazione in Danza Movimento Terapia e in Danza Sensibile e dal Dott. Michele Storti psicologo e musicoterapeuta.