

Gruppi BASE

Benessere – Autoconsapevolezza – Supporto – Empowerment

Dove e quando

Milano, 16, 27 giugno, 10, 14 luglio - 10:00 – 14:00

Brescia, 19, 26 giugno, 7, 21 luglio - 9:30 – 13:30



Chi

Conduttori:

Monica Accordini (Milano e Brescia): *Psicologa, psicoterapeuta ad orientamento junghiano, dottore di ricerca. Psicologa per vocazione, lavoro con passione per aiutare le persone, nella clinica o nella formazione, ad acquisire consapevolezza e ad avvicinarsi a sé stesse. Il mio animo da ricercatore mi spinge a non accontentarmi delle risposte scontate e ad andare fino in fondo in ciò che faccio.*

Valentina Da Rold (Milano): *Psicologa, analista ad orientamento junghiano, si è formata a Parigi. La sua passione guida è per la psicologia del profondo, con porte aperte alle cliniche, individuali e di gruppo, che supportino ogni esperienza umana e soggettiva.*

Shady Dell'Amico (Brescia)

Referente scientifico:

Prof. Davide Margola – <https://docenti.unicatt.it/it/13444/davide-margola>

Cosa

Il Gruppo BASE è un laboratorio esperienziale strutturato in quattro incontri, finalizzato a valorizzare le risorse della persona e a promuoverne il Benessere, l'Autoconsapevolezza, le capacità di Supporto tra pari e di Empowerment relazionale.

Ciascun incontro utilizzerà dispositivi specifici a seconda del focus dell'incontro medesimo, quali il Body Grounding, la Mindful Eating, la fototerapia, alcune tecniche di immaginazione e meditazione guidata (in gruppo), la tecnica della scultura di gruppo.

Informazioni pratiche

- Modalità: in presenza
- Durata: 4 incontri di 4 ore ciascuno
- **Partecipazione gratuita.** Le iscrizioni resteranno aperte fino al raggiungimento del numero massimo di partecipanti.

 [Iscriviti qui](#)

 Il laboratorio sarà attivato solo al raggiungimento di un numero minimo di iscrizioni.