



S.E.Or. – A.I.Pe.F.

# GIORNATA ESPERENZIALE DI PSICOTERAPIA CORPOREA

## IO - TU - NOI

### Contatto e pseudocontatto nella relazione con ME stesso, con TE, con gli ALTRI

Il DESIDERIO di contatto, con noi stessi e con gli altri, è l'essenza della crescita sana dell'individuo come persona e dello sviluppo delle sue relazioni con gli altri.

La PAURA del contatto isola e impoverisce.

Sin dall'inizio della vita, per la nostra intrinseca fragilità e vulnerabilità di essere "umani", donne e uomini, ciascuno di noi sviluppa, durante il percorso del diventare grandi, un sistema di difese a protezione da emozioni e sensazioni che viviamo come pericolose o, comunque, troppo intense. Una corazza che consente di sopravvivere al dolore e alla paura ma che col tempo può impadronirsi di noi, limitando la nostra capacità di sentirci veramente vivi.

Il gruppo di psicoterapia, secondo il modello del Funzionalismo Energetico sviluppato da Francesco Dragotto, propone un'esperienza, insieme leggera e profonda, per:

- riconoscere la barriera - psiche e corpo - che abbiamo eretto intorno e dentro di noi e allentarla per tornare a sentire, ed imparare a gestire, quelle emozioni e quelle sensazioni dalle quali continuiamo a fuggire
- favorire il recupero della consapevolezza del proprio corpo "sentito", del proprio spazio e tempo (io), dell'emozione dell'incontro con l'altro (tu) e della relazione io-tu.
- liberare le troppe energie che spendiamo per tenere sotto controllo tutto ciò che essendo vivo ci fa paura, in noi e negli altri, specialmente nei bambini, e metterle al servizio della nostra creatività e affermatività e di sane difese funzionali alla nostra vita e alla nostra salute.

### Conduttori

Francesco Dragotto

Paola Mancini

**PER INFO, COSTI E**

**PRENOTAZIONI**

**333.8001363**

**347.1945337**

**e-mail: [info@seoraipef.org](mailto:info@seoraipef.org)**

---

**ROMA - 30 NOVEMBRE 2013 ORE 10.00 - 18.00**  
**Presso la Scuola di Shiatsu Igea, Lungotevere Prati 19**

[www.seoraipef.org](http://www.seoraipef.org)