

PsicoUmanitas Istituto di Psicoterapia Ritiro di crescita personale e relazionale - Pisa

Pisa: per info cell 333.2169182

www.lucanapoli.com

Tre giorni di immersione con Luca Napoli e il suo staff per la tua crescita personale

Psicoterapia di gruppo, Mindfulness, Maratona d'incontro, Gestalt, Psicodramma, Meditazione attiva, Psicologia positiva

Ritrova ordine ed equilibrio in te, sciogli qualsiasi catena ti impedisca di sentirti "liberare" nella tua vita

33a edizione: **24-25-26 Maggio 2024**

34a edizione: **20-21-22 Novembre 2024**

Presentazione

In un clima psicologico di sicurezza e fiducia, la persona ha la possibilità di entrare in contatto con le proprie **emozioni** e così esplorare le caratteristiche delle interazioni con gli altri, il tutto attraverso un processo spontaneo in cui ciascuno può sentirsi libero di prendere il proprio spazio, senza nessun condizionamento o forzatura, sentendosi così accolto e mai giudicato.

La **crescita dell'individuo** è legata alla crescita del **gruppo** ma anche viceversa.

Il dialogo, l'ascolto empatico e il rispetto per i tempi personali, che ciascuno può sperimentare, restituisce al partecipante la sensazione di poter sciogliere, con il confronto e l'aiuto degli altri, i propri nodi psicologici acquisendo a poco a poco la consapevolezza e il potere personale di incidere sulla propria vita e di compiere scelte quotidiane che siano in sintonia con i desideri personali.

Obiettivi

- Sviluppare l'accettazione di sé esaltando la propria crescita personale
- Conoscere e sviluppare le proprie capacità rimaste inesprese
- Analizzarsi e cercare di liberarsi dai propri meccanismi di difesa
- Divenire maggiormente consapevoli nella gestione delle proprie emozioni imparando a esprimere con autenticità i propri sentimenti, sia quelli positivi sia quelli negativi
- Scoprire il proprio modo di rapportarsi agli altri
- Migliorare la comunicazione e la capacità di creare rapporti interpersonali soddisfacenti
- Accrescere la propria autostima
- Accrescere la propria capacità di confronto e di risoluzione di problemi

Destinatari

Figure educativo-sanitarie (Psicologi, Medici, Educatori, ...).

Sede di svolgimento

Tirrenia (Pisa): presso Hotel Continental - Via Belvedere, 26.

Modalità di iscrizione

Per ulteriori informazioni e iscrizioni contattare il dott. Luca Napoli ai numeri: 375.7999180 - 333.2169182.

Costi

Ritiro + camera singola: € 410

Ritiro + camera doppia: € 310

Caparra: € 100

In coppia € 510 invece di € 620

Sono esclusi tassa di soggiorno e consumo di alcolici