

# WINNERTEAM

SCUOLA DI COUNSELING A INDIRIZZO VOICE DIALOGUE

## Corso BodyMindDialogue®

**Un'esperienza dinamica  
e coinvolgente  
per il nostro benessere,  
nell'armonia dell'incontro  
tra mente e corpo**

Il BodyMindDialogue® risveglia la consapevolezza corporea in un'ottica olistica che vede corpo, mente, spirito ed emozioni come aspetti diversi della nostra unicità.

Un metodo utile ad ascoltarsi e a scoprire le risorse sconosciute che abitano in noi e ci aiutano a migliorare le relazioni personali e professionali.



**PERCHÉ PARTECIPARE:** per allenare il dialogo con il corpo e l'ascolto dei suoi semplici, fondamentali bisogni. Imparare a "far casa nel corpo", creando una relazione più intima con se stessi e migliorando la qualità dell'agire in ogni ambito del quotidiano.

**A CHI È RIVOLTO:** a tutti coloro che desiderano migliorare la relazione con il proprio corpo, non in un'ottica "prestazionale" bensì di cura e ascolto.

**CONTENUTI:**

- Metodo BodyMindDialogue®
- Modello artrometrico di J.Wilson
- Ideochinesi e linee di movimento come da ricerca e modello di Mabel Todd e Lulu Sweigard

**METODOLOGIE UTILIZZATE:** movimento libero e guidato con l'utilizzo di diversi tipi di musiche, tecniche di respirazione, visualizzazione e ideochinesi.

**FORMULA:** 8 ore in un unico incontro, oppure, suddivise in più incontri in base alle esigenze dei partecipanti (max 15).