



armonium

Associazione Professionale

sperimentarsi
armonizzarsi
riconoscersi
in un viaggio
alla scoperta di se stessi

Sede Legale: Traversa Falvella, 29 - 80078 Pozzuoli (NA)
Tel.: 349 66 19 20
@: circuitodeiservizi@gmail.com

VIAGGIO NEL MONDO DEL SENTIRE E DELLO STARE

Counseling Funzionale corporeo individuale e di gruppo

Condotto dal Dott. Vitomaria Cartolano Counselor Funzionale

Campi di applicazione:

Circuito Stress benessere

Counseling individuale e/o gruppo

Intervento psico – corporeo integrato alla psicoterapia

Consulenza nell' ambito socio - sanitario

Adolescenza famiglia

QUESTA ESPERIENZA PUÒ ESSERE UTILE PER

SENTIRE

Il nostro corpo, il nostro respiro, le nostre emozioni, i nostri pensieri,
il modo con cui ci rappresentiamo al mondo.

FARE

Rilassamento psico-fisico

Visualizzazioni creative

Rallentare ed aprire il movimento per amplificare le sensazioni di benessere

Usare attivamente la nostra immaginazione creativa

Imparare a riconoscere e gestire lo stress, le varie forme dell' ansia nel suo manifestarsi, nelle
dinamiche di relazione

MIGLIORARE

L'attenzione

La consapevolezza

La capacità di stare con se stessi e con gli altri

L'integrazione di varie parti di sé

Durata di ogni incontro individuale: 45 minuti

Durata degli incontri di gruppo: 1 ora e mezza