

"TRARRE IL MEGLIO DAL PROPRIO CARATTERE"

Quota di partecipazione 50,00 €

Iscrizioni aperte fino al 8-10-2010

Numero massimo partecipanti: 15

Programma della giornata:

Ore 9.00: registrazione partecipanti

Ore 9.30: inizio lavori

Ore 14.00 – 15.00: pausa pranzo

Ore 19.30: chiusura lavori

Si consiglia un abbigliamento comodo.

Per informazioni:

E-mail:

coop.amenano@libero.it

Telefono: 3287048758

Per iscrizioni:

E-mail:

coop.amenano@libero.it



Sede del seminario:

Asilo Nido Giramondo, P.za Alfieri 3.
Raggiungibile tramite Ferrovie Nord
(fermata Bovisa: uscita a sinistra,
scendere le scale, ingresso presso il
primo edificio azzurro sulla destra),

AMENANO

Società Cooperativa Sociale



Via T. Taramelli n°59

20124 Milano

E-mail: coop.amenano@libero.it

Sito: www.amenanoscs.it

16 Ottobre 2010

"TRARRE IL MEGLIO DAL PROPRIO CARATTERE"

*Laboratorio teorico-esperienziale
sull'Enneagramma:*

*un percorso di consapevolezza verso la
libertà di scelta*



Laboratorio esperienziale

*Condotta dal Dott. Giovanni Porta :
psicologo-psicoterapeuta
in Psicoterapia della Gestalt*

"TRARRE IL MEGLIO DAL PROPRIO CARATTERE"

Laboratorio esperienziale

"Ma è possibile che finisco sempre per mettermi negli stessi guai?", "Ho cambiato tante cose, ma certe cose non cambiano mai", "non lo so perché, è che mi viene così".

Chi di noi non ha mai pronunciato una di queste frasi?

Spesso si attribuisce alla parola "carattere" un senso positivo: avere carattere, mostrare carattere, avere un carattere forte. In realtà, il carattere può anche risultare limitante, un gabbia fatta di abitudini e modi di fare consolidati "più forti di noi", che si attivano soprattutto nel momento in cui ci troviamo in difficoltà.

Come mai una persona sviluppa un certo carattere e non un altro? Quanti tipi di carattere esistono? Esistono caratteri migliori di altri?

E il mio carattere, che vantaggi e limiti mi porta? Quando è funzionale il mio abituale modo di comportarmi e quando no?

Trarre il meglio dal proprio carattere nel senso di coltivare la lucidità: lucidità per accorgerci quando mettere in atto le modalità che "ci vengono naturali" e quando invece fermarci un attimo per provare a sviluppare dei comportamenti nuovi.

I caratteri non si sviluppano a caso: ci sono stati momenti, soprattutto durante l'infanzia, in cui alcune particolari tendenze caratteriali si sono dimostrate indispensabili per sopravvivere nell'ambiente in cui ci trovavamo. Ora, però, siamo grandi, l'ambiente è cambiato e possiamo scegliere di sperimentare nuovi comportamenti, se quelli abituali ci limitano più di quanto risultino funzionali al nostro benessere...

In questo laboratorio ci proponiamo di offrire un percorso introduttivo all'analisi del carattere secondo l'Enneagramma. In un primo momento, si svilupperà una parte teorica per presentare le principali tipologie caratteriali; in seguito, si proporranno varie esperienze utili a identificare la propria personale tipologia caratteriale e a proporre delle possibilità di evoluzione.

Si consiglia un abbigliamento comodo

COS'E' L'ENNEAGRAMMA

L'Enneagramma è uno strumento di analisi del carattere che ha origini antichissime, nasce infatti più di 2.500 anni fa nella tradizione dei Sufi, monaci che ponevano come centro del proprio movimento spirituale guidare le anime degli uomini a Dio.

Tali monaci scoprirono nove modelli per i quali certi uomini non riuscivano mai a trovare Dio, scontrandosi continuamente con se stessi, con le proprie barriere e con i propri blocchi interiori.

Da qui la parola "enneagramma", che deriva dal greco, *ennea* (nove) e *gramma* (lettera, punto).

L'Enneagramma identifica dunque nove principali "trappole" che limitano l'esistenza delle persone e nove "virtù" che è possibile sviluppare per iniziare un cammino di evoluzione personale per raggiungere un superiore livello di benessere: uscire dagli automatismi per sviluppare appieno il proprio potenziale.

d'aiuto.