



WORKSHOP “SOMATIC EXPERIENCING®”

Programma del workshop - 1ª. Giornata:

Durata (minuti)	Attività
Mattino (10.00 alle 13.00)	Presentazione del gruppo Obiettivi e programma Risveglio delle 9 articolazioni del corpo Riscaldamento “Cognomi” Elementi teorici *TSS 1 “Bambini Meninahu” Focalizzazione delle sensazioni TSS 2 “Legame” Focalizzazione delle sensazioni
Pomeriggio (15.00 alle 18.00)	Elementi teorici TSS 3 “La lepre e la tigre” Focalizzazione delle sensazioni TSS 4 “Attività ludica” Focalizzazione delle sensazioni Discussioni e Appuntamenti della giornata

*TSS – Tecnica Somatica Sensoriale

Programma del workshop - 2ª. Giornata:

Durata (minuti)	Attività
Mattino (10.00 alle 13.00)	Risveglio delle 9 articolazioni del corpo Elementi teorici Riscaldamento “Sciogliere i nodi” TSS 5 “Limiti e confini” Focalizzazione delle sensazioni TSS 6 “Role Playing Group” Focalizzazione delle sensazioni
Pomeriggio (14:30 alle 16:30)	Prova Pratica Discussione Conclusione

