

Il centro

Questo è uno spazio dove proponiamo corsi ed eventi che siano di sostegno alla crescita delle persone e al risveglio delle potenzialità dell'Essere, in ogni essere umano.

Qui è attivo il Progetto Fratellanza per persone con disagio economico.

Gli operatori:

Massimiliana Molinari

Psicologa psicoterapeuta ad indirizzo psicosintetico, Master in psicosomatica Olistica, esperta in tecniche di rilassamento, Master in psicoterapia dell'emergenza, Training "Le dimensioni dell'Essere", Costellazioni Familiari ad approccio Immaginale, tecniche di riequilibrio bio-psico-spirituale, Training Giudice interiore, si occupa di psicoterapia transpersonale individuale e di gruppo, sessioni giudice interiore.

Gabriele Nardi

Psicologo Psicoterapeuta ad indirizzo Psicoanalitico Fenomenologico. Socio fondatore della Scuola di Psicoterapia Fenomenologica e Fenomenologia Clinica di Firenze.

Antonio Peis

Operatore olistico secondo la legge n4 del 2012, Massaggio Tradizionale Cinese, Insegnante Qi Gong, Taijiquan stile Chen, Docente di pratica clinica presso Accademia di Medicina Tradizionale Cinese (sedi di Bari e Bologna) Scuola So Wen (sede di Milano).

Roberto Di Ferdinando

Praticante mindfulness da diversi anni, counselor in psicosomatica olistica, Master Reiki, conduce gruppi di meditazione e di pratiche di benessere psicofisico.

Carla Casini

Psicologa Psicoterapeuta si occupa di psicoterapia di coppia, disagi dell'infanzia, dell'adolescenza, problematiche legate alla genitorialità e relazionali.

Tatiana Ieri

Medico palliativista, psicoterapeuta, psicoterapia dei disturbi alimentari dell'età evolutiva e adolescenza, terapie espressive, tecniche corporee e meditative, in movimento.

Attività svolte presso il Centro

Corsi

Laboratori e seminari di crescita umana

Reiki

Massaggio con le campane tibetane

Costellazioni Familiari Tematiche

Tai-chi e Qi Gong

Trattamenti

Psicoterapia

Tuina

Massaggio con le campane tibetane

Reiki

Sessioni di Rilassamento e Respiro Consapevole

Ed inoltre...

Serate di meditazione di gruppo

Sono previste tariffe agevolate per studenti

Contatti

Info corsi su psicoterapiaecrescitaumana.blogspot.it

dott.ssa Massimiliana Molinari tel. 3396788142

massimilianamolinari@gmail.com

dott. Gabriele Nardi tel. 3387274816

nardi.gabriele@libero.it

Antonio Peis tel. 3286410936

ippeis@libero.it

dott. Roberto Di Ferdinando tel. 3339728888

roberto.diferdinando@tin.it

dott.ssa Carla Casini tel. 3492808579

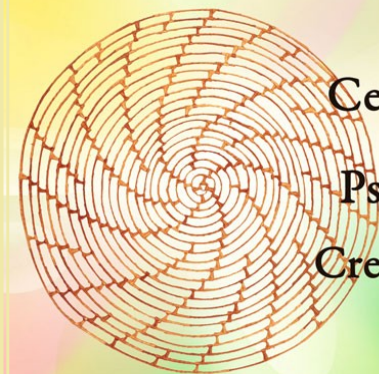
carlacasini@hotmail.com

dott.ssa Tatiana Ieri tel. 3388883396

tatiana_ieri@yahoo.it

Come raggiungerci

Ci troviamo in Via Marsala, 11 a Firenze, in zona Campo di Marte raggiungibile con gli autobus 6 e 20 oppure dalla Stazione Campo di Marte circa 10 minuti a piedi.



Centro Studi
di
Psicoterapia
e
Crescita Umana

CRESCERE CONDIVIDENDO

Programma Eventi

Gennaio - Giugno
2017

Centro Studi di Psicoterapia
e Crescita Umana
Via Marsala n.11, Firenze

psicoterapiaecrescitaumana.blogspot.it

I SABATI del CENTRO dalle 16 alle 18

Conferenze esperienziali e aperitivo
Ingresso libero su prenotazione

Sabato 21 gennaio

“Io sono tutto ciò che c’è – Essere consapevole e praticare consapevolezza: il ritorno al mio vero Sé.”

a cura del dott. Roberto Di Ferdinando

Sabato 11 febbraio

“Mindfulness per la riduzione dello stress e dell’ansia. Corso MBI.

Pratiche di Consapevolezza e Compassione

A cura della dott.ssa Massimiliana Molinari

Sabato 4 marzo

“Proiettare emozioni: “Un'ora sola ti vorrei”, film documentario di Alina Marrazzi.”

Presentazione e dibattito a cura del dott. Gabriele Nardi

Sabato 1 aprile

“L’arte di comunicare: comunicazione non verbale, ascolto attivo e gestione delle emozioni.”

A cura della dott.ssa Carla Casini

Sabato 29 aprile

“Rilassarsi a costo zero: gestire le proprie emozioni con materiali e metodi naturali.”

A cura delle dott.sse Tatiana Ieri e Germana Penna

Maggiori informazioni sulle conferenze sul blog psicoterapiaecrescitaumana.blogspot.it

SERATE di MEDITAZIONE

Ogni MERCOLEDÌ dalle 20.30 alle 21.45

Conduce Dott. Roberto Di Ferdinando

Meditazioni guidate, tecniche di consapevolezza, utili per affrontare lo stress quotidiano. Quando la mente si libera, il corpo si rilassa e ricomincia il piacere di vivere

Ingresso Libero su prenotazione

CORSO di AVVIO ALLA MEDITAZIONE ed alle PRATICHE di BASE di CONSAPEVOLEZZA

Conduce il dott. Roberto di Ferdinando
4 incontri da lunedì 13, 20, 27 febbraio e 6 marzo
dalle ore 16 alle 18

Un corso esperienziale dove sperimentare delle tecniche da poter poi fare a casa per coltivare la consapevolezza ed il benessere psicofisico. Adatto a chi non ha esperienza e a chi già pratica meditazione.

***NOVITA'* CORSO MBI - MINDFULNESS BASE INTERVENTION - PER LA RIDUZIONE DELLO STRESS E DELL'ANSIA**

Conduce la dott.ssa Massimiliana Molinari
8 serate : 14 - 21 - 28/03; 4 - 11 - 18 - 26/04; 2/05
dalle 20 alle 22.30
e 1 giornata di ritiro sabato 22 /04 dalle 9.30 alle 17.30

La prospettiva della mindfulness introduce un modo profondamente diverso di porsi in relazione con la propria esperienza, per ridurre l'intensità della sofferenza emotiva e fisica attraverso l'apprendimento di pratiche di consapevolezza, coltivando una pratica di meditazione consapevole e la riconnessione con il corpo. **Attraverso la consapevolezza sviluppiamo la nostra capacità di prestare attenzione al momento presente con intenzione in modo non giudicante, con gentilezza e compassione.** In questo corso impariamo una modalità per entrare in contatto con ciò che succede dentro e fuori di noi, per prenderci cura del corpo e della mente, sviluppando la capacità di stare nel presente. Questo corso è un metodo sistematico per gestire stress, dolore e malattie, ma anche per affrontare efficacemente le sfide della vita quotidiana attraverso la riscoperta di una capacità intrinseca a noi esseri umani da sempre presente.

***“Non puoi fermare le onde,
ma puoi imparare a fare surf”***

TAIJIQUAN (Tai-chi) :ginnastica di lunga vita

Ogni LUNEDÌ 9-10 GIOVEDÌ 9-10 e 17-18

Conduce Antonio Peis

Classi per imparare e praticare il Taijiquan .

LA PRATICA della PRESENZA

**Il GIOVEDÌ ogni 15 giorni dalle 20 alle 22.30
(12e26/01; 9e23/02; 9e23/03; 6 e 20/04; 4e18/05)**

Conduce la Dott.ssa Massimiliana Molinari

“Questo è il dilemma della vita umana , è più facile desiderare ciò che si trova là che apprezzare quel che è qui”. Idries Sahah.

In questo laboratorio faremo pratiche per riscoprire chi siamo nella nostra vera natura, in quel flusso sgorgante che si chiama vita, fornendo spazi e strumenti per riconoscere e sciogliere quegli schemi che ci separano dall'essere autentici, che ci portano a percepire ansia, o depressione, o alienazione.

**DECONDIZIONARE e TRASFORMARE
le CREDENZE LIMITANTI**

25 e 26 marzo dalle 10 alle 18

Conduce la Dott.ssa Massimiliana Molinari

Ti metti a dieta e poi ti abbuffi?, Desideri essere libera/o e non riesci a staccarti dalle persone? Desideri relazioni affettive e invece crei conflitti? Ti accorgi che desideri qualcosa ma poi vai in direzione contraria al tuo desiderio? Le credenze limitanti sono delle convinzioni registrate a livello non cosciente che organizzano le nostre risposte agli eventi della vita (“non valgo, sono debole, sono incapace” “non posso”) e hanno più potere dei nostri desideri coscienti perché sono agganciate a condizionamenti affettivi antichi. In questo seminario lavoreremo per portare alla luce il condizionamento limitante, e lo trasformeremo secondo le qualità e indicazioni della nostra natura più profonda.

Questo è un seminario intenso e trasformativo.

PSICOMACHAKRA

**Conduce la dott.ssa Massimiliana Molinari
martedì 16 - 23 - 30/05; 6 - 13 - 20 - 27/06
dalle 20 alle 22**

7 incontri per approfondire la conoscenza di se stessi attraverso l'esplorazione dei centri energetici principali, i 7 chakra. La teoria e la pratica di ogni serata hanno come obiettivo il riconoscere funzioni, potenzialità e blocchi di ogni centro e l'apprendere delle tecniche per lavorarci. Verrà fornita una dispensa per ogni chakra.