Corpo Mente Spirito
www.counseling-bioenergetica.it

a cura di
Alessandra Callegari

Conoscersi con l'enneagramma

Nove modi di essere nel mondo: laboratori esperienziali

con Alessandra Callegari

Incontri 2015: introduttivo domenica 8 marzo approfondimenti 12 aprile, 7 giugno e 4 ottobre

Uno degli strumenti che ci possono aiutare a scoprire i meccanismi che sono alla base dei nostri comportamenti e atteggiamenti, delle nostre credenze e convinzioni - ovvero della struttura caratteriale o personalità che abbiamo formato, fin da bambini, come difesa rispetto alle pressioni dell'ambiente - è l'enneagramma, **una "mappa" per l'auto-comprensione e la trasformazione interiore, che descrive nove tipi di personalità e i rapporti tra loro**.

Come tutte le mappe, non va confusa con il territorio: ogni individuo è sempre un unicum che non può mai essere interamente descritto all'interno di uno schema, per ricco che sia. Inoltre si può ben integrare con altre mappe: in particolare viene proposto un confronto con le strutture caratteriali e corporee della bioenergetica. Non esiste un tipo migliore di un altro, o più fortunato in termini di risorse personali: tutti sono ricchi di potenzialità e possono evolvere o involvere in modo caratteristico.

Descrivendo i nove tipi di personalità, ognuno con le sue specificità intellettuali, emotive e di comportamento, l'enneagramma rivela e collega elementi a volte contrastanti del nostro modo di essere, offrendoci una comprensione profonda su chi siamo e qual è il nostro potenziale; ci aiuta a fare chiarezza sulle nostre relazioni, su ciò che pensiamo di essere e su come siamo percepiti, insegnandoci ad accettare di più noi stessi e gli altri.

Il percorso, condotto da Alessandra Callegari, comprende **una giornata introduttiva**, adatta a una prima conoscenza di questa mappa, **e tre giornate successive, sempre esperienziali, di approfondimento**, che permettono di lavorare, individualmente, in diadi e in piccoli gruppi, sui vari aspetti degli enneatipi e dei collegamenti fra loro, oltre che sui sottotipi, tre per enneatipo, che portano a una combinazione di ben 27 caratteri.

Costo di ogni singola giornata: 80 euro; abbonamento all'intero percorso: 250 euro.

Le giornate si svolgono dalle ore 10 alle 18,30, presso Associazione Camminando, in via Moroni 8, Sesto San Giovanni (Milano), a 100 metri dalla fermata MM1 Sesto Rondò.

Per informazioni: Alessandra Callegari, info@counseling-bioenergetica.it, cell. 339 5324006. Per saperne di più: www.counseling-bioenergetica.it