

Ciclo di incontri CSTG 2017 – I RITUALI DELLA GESTALT



La ritualità attraverso la meditazione di consapevolezza nella pratica formale e nella vita quotidiana

Conduce Elena Vlacos

Giovedì 14 dicembre ore 19:30

Via Mercadante 8 – Milano (MM Loreto)

La meditazione di Mindfulness, di millenaria tradizione, compare nella nostra società solo dagli ultimi decenni, catturando l'attenzione di molti orientamenti psicoterapeutici.

Durante questo incontro si porterà l'attenzione sugli aspetti rituali della meditazione come nuove forme di "abitudini corrette" da poter portare nella vita quotidiana nella pratica informale.

Ci sarà quindi occasione di comprendere quali siano i rituali quotidiani che svolgiamo con abitudine, e se davvero possono essere funzionali per il nostro benessere psicofisico.


Un'occasione per riflettere e per praticare insieme la mindfulness da un punto di vista gestaltico.


Dott.ssa Elena Vlacos, psicologa clinica e psicoterapeuta Gestalt.; Presidente dell'associazione A.M.P.R.A. di Pavia; collabora da anni con il CSTG; è ricercatrice sugli effetti positivi della meditazione di Mindfulness anche presso la Fondazione I.R.C.C.S. Mondino di Pavia. Nel 2015 ha ideato il protocollo di Mindfulness Based Gestalt Therapy (MBGT), per praticare la Mindfulness attraverso la teoria e la pratica della Gestalt Therapy.

CSTG Via Mercadante 8 – Milano (MM Loreto)

Il CSTG è co-fondatore della Federazione Italiana di Scuole e Istituti di Gestalt (FISIG), membro della Associazione Europea di Gestalt Terapia (AETG), Federazione Italiana delle Associazioni di Psicoterapia-FIAP e della European Association for Psychotherapy (EAP).

L'incontro è aperto e gratuito previa conferma

Per informazioni:  segreteria@cstg.it

 0229408785