

**Seminario avanzato per
Somatic Experiencing® Practitioner**

**6-7 Maggio 2023
MILANO**

La natura della paura
**Un'esplorazione della fisiologia e
la gestione di questo nostro sentire**

Condotta da

Kavi Alessandro Gemin



Ognuno di noi ha provato paura, e siamo tutti in grado di riconoscerla quando la incontriamo. Tuttavia, nello studio scientifico della paura, non esiste un consenso su cosa esattamente sia e quali processi fisiologici la determinano.

Dalla prospettiva di SE™, la paura è un'essenziale risposta biologica e di sopravvivenza di fronte al pericolo fisico, emotivo o psicologico. La rapida cascata di reazioni neurochimiche che avviene quando proviamo paura, ci allerta velocemente quando qualcosa non va.

La natura ha progettato questa emozione per rispondere con rapidità al pericolo, mettendoci in salvo, a meno che siamo impossibilitati a farlo. Come sappiamo, quando sperimentiamo l'incapacità di agire, di difenderci e proteggerci, iniziamo ad avere paura della paura. Quando abbiamo paura, di solito cerchiamo di sopprimerla, o, spesso,

di farla sparire del tutto.

Ma così facendo si perde l'opportunità di imparare il ruolo prezioso che può svolgere nelle nostre scelte e si perde anche l'opportunità di diventare abili nel regolare la paura in modo che non sia sopraffacente e non offuschi la nostra percezione.

In un periodo in cui lo stato di paura ha coinvolto pesantemente le nostre vite, ci troviamo a incontrare sovraccoppiamenti importanti a livello, non solo individuale, ma anche sociale e collettivo. Il nostro sistema di risposta alla minaccia pervasiva è mantenuto in uno stato di allerta costante, che diventa così il terreno di base sulla quale si organizza la nostra percezione del mondo.

In questo corso per operatori SE™ proveremo a studiare come sia possibile aiutarci e aiutare i clienti a sperimentare lo stato di paura senza averne paura.

Vedremo come aiutare le persone a *resettare* il sistema verso modi di essere più sereni, coltivando il senso di sicurezza, nonostante la paura.

Temî trattati

- Fisiologia della paura
- Importanza biologica della paura
- Paura del futuro
- Paura e immobilità
- Complicazioni della paura cronica
- Strumenti per il lavoro SE™
- Esercizi di auto-aiuto per la gestione della paura

Kavi Alessandro Gemin CO, BCST, SEP Diplomato come osteopata presso il Canadian College of Osteopathy, ha un'ampia formazione in varie discipline psico-somatiche. Pratica e insegna Biodinamica Craniosacrale dal 1995 ed è direttore dell'Institute for Craniosacral Balancing®. Ha completato la formazione sul lavoro prenatale e della nascita con Ray Castellino ed è operatore e insegnante di Somatic Experiencing®. Un ulteriore interesse è lo studio del System Centered teachings®, sviluppato da Yvonne Agazarian, per il lavoro con le dinamiche di Gruppo e i sistemi umani.

SEDE Milano - Kalapa - Via Maiocchi 18
DATE 6 -7 Maggio 2023
ORARI sabato 10 - 18 ≈ domenica 9,30 - 17,30

INFO info@somatic-experiencing.it - Tel. +39 02 29510029

