



Δώστε ανάσα στη θεραπευτική σας αποτελεσματικότητα

ΑντιStress & Breath BodyWork

για να κάνετε την αναπνοή σημαντικότερο εργαλείο στη θεραπευτική σας εργασία!!!

Υπεύθυνος εκπαίδευσης: **Στάθης Λάζαρης**
(ψυχολόγος, ψυχοθεραπευτής, εμπνευστής της μεθόδου)

Αναπνοή:

Λειτουργία ανεκτίμητης αξίας για υγεία, ευεξία, ψυχική ισορροπία, πνευματική εξέλιξη. ...η πλέον ευάλωτη λειτουργία μας τόσο στις επιδράσεις του στρες που κυριαρχεί γύρω μας, όσο και στις τραυματικές εμπειρίες της παιδικής μας ηλικίας.

Πόσο όμως ασχολούμαστε με την αναπνοή των θεραπευόμενων που έχουμε αναλάβει;

Διδάσκεται :

- 1 Συγκεκριμένη μεθοδολογία για τη χαλάρωση και την αποφόρτιση των εντάσεων της αναπνοής και την κινητοποίηση του ζωτικού παλμού της
- 2 Η ουσιαστική λειτουργία της αναπνοής ως το ενεργειακό και δομικό μας προστατευτικό περίβλημα στη διαδικασία της ενεργειακής αλληλεπίδρασης με τους άλλους και σε αντιστοιχία με την ψυχολογική έννοια του προσωπικού μας χώρου.
- 3 πώς λειτουργούν τα παραπάνω στο ανθρώπινο σώμα

Απτά αποτελέσματα : ● Βαθιά ψυχοσωματική χαλάρωση ● Αίσθηση συγκρότησης σε μικό, ενεργειακό και ψυχικό επίπεδο ● Βελτιωμένη ικανότητα της ενσυνειδητής συμμετοχής στις αλληλεπιδράσεις με τους άλλους ● Εξωτερίκευση της εσωτερικής μας δύναμης πιο άμεσα και εύκολα

ΔΙΔΑΣΚΟΜΕΝΑ ΜΑΘΗΜΑΤΑ

Μαθήματα Εξειδίκευσης

- Ενδυνάμωση & Εκγύμναση της Αναπνοής
- Βασικές Θεραπευτικές Αρχές & Εφαρμογές
- Ενεργοποίηση - Αφύπνιση Σώματος & Αναπνοής

Μαθήματα Ψυχο-Ενεργειακού Θεραπευτικού BodyWork

- Διαδικασία Σωματικής Αναδόμησης
- Παλμο-Δονητικό BodyWork
- Μοντέλο Θεραπευτικής Είσδυσης στον Προσωπικό Χώρο

Μαθήματα Συμβουλευτικής

- Βασικές Δεξιότητες Επικοινωνίας & Συμβουλευτικής
- Σωματική Αυτό-Επίγνωση & Σωματικοί Διάλογοι

Υποστηρικτικά Μαθήματα

- Στρες & Μέθοδοι Αυτό-Βελτίωσης στην Καθημερινή Ζωή
- Άλλα Ειδικά Θέματα Εκπαίδευσης ΑντιStress

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΑ ΣΠΟΥΔΩΝ

ΣΥΜΠΛΗΡΩΜΑΤΙΚΗ ΚΑΤΑΡΤΙΣΗ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΩΝ

- Diploma Συμπληρωματικής Κατάρτισης Επαγγελματιών
Διάρκεια: 155 ώρες
- Βεβαίωση Συμπληρωματικής Κατάρτισης Επαγγελματιών
Διάρκεια: 76 ώρες

ΕΝΑΡΞΗ
ΟΚΤΩΒΡΙΟΣ
ΟΜΙΛΙΑ

Τρίτη 4 Οκτωβρίου '11, 21:00-22:30
Νικ. Ουρανού 2, Λυκαβηττός