

TROVANDO LA STRADA

Un percorso di scoperta e maturazione del progetto di vita

Il percorso è rivolto ai ragazzi delle classi quarta e quinta superiore, che si trovano a valutare le scelte personali e professionali riguardanti il loro futuro prossimo.



In questo periodo storico, ricco di stimoli e di opzioni di scelta, non sempre è facile contattare desideri, preferenze, qualità, talenti personali. Ciò che manca in modo sempre più evidente è l'allenamento della capacità di utilizzare le nostre facoltà percettive e di orientamento interiore al fine di intraprendere percorsi di vita in linea con i propri veri desideri, riducendo al contempo la dispersione scolastica e il fallimento del percorso di studi.

Il mondo occidentale ha sviluppato ed affinato molto la conoscenza razionale e scientifica dei fenomeni reali. Razionalità, calcolo, linguaggio ed obiettività hanno favorito la funzionalità dell'emisfero sinistro del cervello. Risorse imprescindibili che possono essere valorizzate da una saggezza in grado di dare significato alla mole di informazioni che abbiamo a disposizione. Questa saggezza è legata all'attivazione sincronica di entrambi gli emisferi cerebrali. L'emisfero destro, che si occupa della percezione di colore, calore, spazio, creatività, empatia, diventa la chiave di volta che permette una integrazione di tutti gli aspetti cognitivi ed emotivi che renderanno un giovane in grado di spiccare il volo.



Quali tematiche vengono affrontate nel workshop?

- *la fiducia verso sé stessi, la vita e gli altri*
- *la capacità di portare l'attenzione in modo consapevole sui propri pensieri e su ciò che si fa nel tempo presente*
- *la percezione del proprio valore intrinseco e lo sviluppo di un pensiero efficace ed attinente alla realtà*
- *l'allenamento della capacità di sopportare la frustrazione e di riprendersi e trasformare positivamente errori e fallimenti*

Quali strategie verranno usate per favorire il raggiungimento degli obiettivi?

- *la meditazione*
- *la musica, il movimento libero, il gioco*
- *attività individuali, di coppia, di gruppo*



Chi siamo?

✚ **Dott. Matteo Marchesini, psicologo.** Da anni si occupa di approfondire il funzionamento dell'essere umano, integrando discipline e ambiti di conoscenza che provengono dalla spiritualità, dalle scienze psicologiche e biologiche, dallo studio dell'anatomia e fisiologia del corpo umano. Ha fondato Akoue, un progetto che si occupa dello sviluppo delle capacità di ascolto ed espressione di sé.

✚ **Dott.ssa Marta Gonzalez, psicologa e psicoterapeuta.** Per anni si occupa della formazione professionale in ambito scolastico. Esperta in famiglia e in età evolutiva. Si occupa della ricerca e investigazione dello sviluppo umano, della conoscenza dell'uomo integrale e dello psicoterapia individuale e di gruppo attraverso la metodologia del Couching Cognitivo e TCM Callaham Diagnostic.

Se desiderate ricevere ulteriori informazioni riguardo questa proposta potete contattarci presso cell: 335-5649766 / 339-2613285 oppure scrivendo ad infoakoue@gmail.com / fonteriz@martagonzalez.it



Dott.ssa Marta Gonzàlez
www.martagonzalez.it



Dott. Matteo Marchesini
www.akoue.org