



*Cerchi
Gestaltici*
si lavora con quello che c'è



Incontri mensili di crescita e sperimentazione attraverso il counseling gestaltico

Quando: il Terzo o Quarto week end di ogni mese da Gennaio a Luglio 2025

Dove: La Casa degli Archi – Masserano – Via Roma 40 (BI)

Con: Giulia Barbero, Trainer della Scuola FGB

La Scuola di Formazione in Gestalt- Bodywork (FGB) promuove un approccio consapevole e responsabile alla vita, favorendo l'integrazione dei livelli fisico, emotivo, psichico e spirituale della persona in armonia con l'ambiente. Attraverso progetti, attività e ricerca, la scuola sostiene lo sviluppo olistico del benessere e della consapevolezza individuale.

Che Cos'è la Gestalt?

La Gestalt è centrata sull'esperienza presente, sull'autoconsapevolezza e sulla valorizzazione del "qui e ora". Questa metodologia incoraggia a vivere pienamente il momento presente, affrontando pensieri, emozioni e sensazioni corporee così come emergono, senza giudizio. Lo scopo è sviluppare una maggiore consapevolezza dei propri vissuti, per facilitare il cambiamento autentico e promuovere la crescita personale.

Approccio di Fritz Perls

Fondata da Fritz Perls, la Gestalt si basa sull'idea di "lavorare con quello che c'è". Perls credeva nell'importanza di affrontare la realtà senza preconcetti, valorizzando l'autenticità e la spontaneità che nascono dal contatto con il momento presente. Secondo il suo approccio, ogni esperienza è un'opportunità per esplorare e comprendere sé stessi, in un contesto di gruppo che favorisce l'espressione e il confronto in modo naturale e supportivo.

Obiettivi degli Incontri

Focalizzazione sull'Esperienza

Ogni incontro rappresenta un'occasione unica per i partecipanti di immergersi nell'esperienza diretta, esplorando sé stessi attraverso le dinamiche che emergono nel qui e ora. Lavorando senza copioni predefiniti, l'esperienza diventa un percorso di scoperta autentica, dove il valore sta nell'ascolto e nell'accettazione di ciò che c'è. In questo spazio, ciascuno può osservare e approfondire i propri vissuti, bisogni, emozioni e pensieri, permettendosi di esprimere liberamente ciò che sente.

Lavoro in Gruppo

Il gruppo stesso agisce come un "campo" dinamico che accoglie, influenza e amplifica il processo di crescita di ciascun partecipante. Il gruppo offre specchi preziosi, permettendo a ognuno di rispecchiarsi negli altri e di ricevere feedback diretto. Questa esperienza collettiva rende possibile il confronto in un contesto di sostegno reciproco e senza giudizio, dove ogni membro del gruppo contribuisce all'evoluzione del campo e allo sviluppo degli altri. Lavorare insieme favorisce una comprensione più profonda e arricchisce il percorso individuale, rendendo tangibili i benefici della condivisione e del sostegno.

Sperimentazione dei Ruoli

Durante ogni incontro, i partecipanti ricevono supporto e supervisione costante, sia da chi facilita il gruppo che da eventuali compagni che desiderano contribuire con la condivisione dei propri feedback. Questa struttura collaborativa favorisce l'apprendimento condiviso: i partecipanti possono assumere ruoli diversi – counselor, cliente, osservatore, conduttore di lavori di gruppo – esplorando varie prospettive e ampliando le proprie competenze relazionali. L'approccio gestaltico di condivisione crea un ambiente sicuro dove ogni ruolo diventa un'occasione di sperimentazione, apprendimento e supporto, per una vera esperienza di crescita in gruppo.

A chi si rivolgono gli incontri?

- Studenti di counseling e professionisti della relazione
- Persone interessate alla crescita personale e all'esplorazione di sé
- Chi desidera esplorare il lavoro di gruppo e il counseling gestaltico in un contesto protetto

La Casa degli Archi - Uno Spazio di Condivisione

- "La Casa degli Archi" è completamente immerso nella natura delle colline biellesi, a pochi minuti a piedi dallo storico borgo medievale di Masserano.
- Ambiente adatto per il lavoro personale
- Ideale per la vita comunitaria, dove la condivisione degli spazi, dei pasti e del tempo libero può creare un vero senso di comunità e supporto reciproco.
- 8 camere da letto, 4 bagni, un'ampia cucina, 3 sale di lavoro all'interno, un grande terrazzo, un portico di condivisione, spazi esterni di contemplazione, bella vista sulle vigne del Bramaterra e l'ulivo di 100 anni.

Struttura di Ogni Incontro

Frequenza: Un weekend al mese (sabato e domenica)

Durata: 15 ore di lavoro in totale per ogni weekend.

Formato: In cerchio, seduti in Terra; si lavora con le esperienze e i bisogni del momento, valorizzando ciò che emerge naturalmente.

Benefici: Crescita personale, miglioramento delle abilità relazionali, scoperta del proprio potenziale e delle proprie risorse.

Calendario:

- **25** – 26 Gennaio
- **22** – 23 Febbraio
- **22** – 23 Marzo
- **26** – 27 Aprile
- **24** – 25 Maggio
- **21** – 22 Giugno
- **19** – 20 Luglio

Dal sabato mattina alla domenica dopo pranzo

Temi Emergenti: Qualsiasi bisogno emerga

Logistica e Costi

- **Costo per Incontro:** 100€ a persona, incluso l'alloggio, sala e tempo di lavoro, materiali
- **Notte in stanza singola:** 110€
- **Possibilità di arrivo già dal venerdì sera**
- **Riduzioni:** Sconto del 20% per chi partecipa a 4 incontri; sconto del 20% a chi porta una persona
- **Possibilità di partecipare alla sola giornata del sabato:** 50€
- **Cibo:** ognuno porta qualcosa da condividere con il gruppo per 3 pasti, 1 colazione
- **Abbigliamento:** vestirsi comodi, a strati, portare le ciabatte per muoversi dentro la casa
- **Portare lenzuola e federa o saccopelo e asciugamani**
- **Al termine dei lavori si riassettano gli spazi utilizzati**

Ogni incontro è unico e costruito sulle esperienze dei partecipanti, offrendo un'opportunità rara di esplorazione profonda attraverso il 'linguaggio della profondità'

Giulia Barbero: Counselor Gestalt Bodywork iscritta all'associazione di categoria S.I.Co., attestato n. A2187. Trainer presso la Scuola di Formazione Gestalt Bodywork FGB – www.counselingfgb.it Laureata in Socio - Antropologia e in Psicologia Clinica. Formata dal dott. Nader Butto al paradigma di Medicina Unificata Integrativa. Sostiene la crescita personale lavorando individualmente o in gruppi di condivisione, confronto e consapevolezza corporea.

Contatti: Giulia 328 3211313 / info@giuliabarbero.it

FGB: Fgb.didattica@gmail.com