



L'ALTA SENSIBILITA' (High Sensitivity) è un tratto di personalità dimostrato dalla fine degli anni '90 dalla dott.ssa Aron in California e approfondito in ambito genetico, neuroscientifico ed evolutivo, e rappresenta una variabilità intersoggettiva nei meccanismi di sopravvivenza in ogni specie animale. Ha una componente ereditaria e si manifesta sin da bambini. Le Persone Altamente Sensibili sono caratterizzate da una maggiore profondità di elaborazione degli stimoli esterni e interni, e costituiscono il 20% della popolazione, nella medesima proporzione uomini e donne.

Dal 2014 la dott.ssa Lupo ha avviato un progetto di diffusione degli studi sul tratto dell'Alta Sensibilità qui in Italia, dal 2016 è iscritta nella lista internazionale dei Terapeuti esperti di HSP e dal 2018, a seguito del "Advanced course on the concept, measurement, and research regarding Sensory Processing Sensitivity and the Highly Sensitive Person" tenuto dalla dott.ssa Aron a San Francisco, è una Consulente sul tratto Alta Sensibilità come Advanced Training HSP Consultant.

Workshop

“Il Senso nella Voce”

Un approccio all'ascolto interiore per le Persone Altamente Sensibili



27 Aprile 2019

Dalle ore 10 alle ore 18

Sede: Centro Integrale, via Emilia Levante 59 a Bologna

Condotta dalla dott.ssa Elena Lupo

Psicologa e Psicoterapeuta ad indirizzo Biosistemico
Licensed Therapist HSP-Knowledgeable,
Advanced Training HSP Consultant

In co-conduzione con Laura Evangelista

Cantante e Insegnante di Canto e Vocalità Funzionale
Metodo Lichtenberger ®

L'obiettivo del seminario è risvegliare quell'istinto vocale che risiede in ognuno di noi e che attiva una nuova consapevolezza di sé.

Il canto attraverso la sua naturale vibrazione, risveglia e rende sensibile il corpo che diventa una cassa armonica naturale. Attraverso un percorso con il proprio suono, si stimoleranno i sensi e la percezione, al fine di attivare un ascolto di sé più fine e profondo di cui le PAS hanno generalmente bisogno per orientarsi all'interno.

L'utilizzo della propria voce quindi diventa mezzo personale attraverso cui manifestare i nostri pensieri e sentimenti, affrontare l'incontro con l'altro, comunicare, incontrare il sé interiore.

Si alterneranno momenti teorici a momenti Pratici e il lavoro si svolgerà collettivamente. Non è necessaria nessuna preparazione specifica o competenza in ambito musicale. È consigliato un abbigliamento comodo che permette di svolgere piccoli movimenti corporei.

Il costo è di 90 €, le cui modalità di versamento saranno specificate via mail al momento della richiesta di iscrizione. **Informazioni e iscrizioni:**

info@personealtamentesensibili.it - www.personealtamentesensibili.it