

## DESTINATARI E SEDI

**Indirizzati a chiunque per motivi personali e/o professionali intenda**

- conoscere queste metodologie;
- impiegare meglio le potenzialità e risorse profonde, nostro patrimonio naturale;
- entrare maggiormente in relazione con le vitali connessioni mente-corpo-emozioni ed utilizzarle;
- acquisire maggiore padronanza di sé;
- migliorare la comunicazione con ciò che siamo e possiamo essere (e quindi usare meglio i potenziali di *Salute, Benessere e Crescita*).

Attraverso specifici “linguaggi” con l’ipnosi e l’autoipnosi possiamo istruire *consapevolmente* i sistemi cosiddetti inconsci (*mente-più-grande*) in modo benefico, creativo e in sicurezza.



### SEDI PRINCIPALI DI ATTIVITA’

- *Centro di Psicoterapia della Famiglia* - Via G. L. Bernini, 104 – NAPOLI
- *Istituto di Terapie Sistemiche* - Via F. Borromini, 6, sc. B – CASERTA
- *In base a specifiche richieste di enti, comunità, équipe di lavoro, team sportivi, ecc. è possibile prevedere altre sedi pubbliche o private.*

### Per programmi dettagliati ed ulteriori informazioni:

dr. G. Moccia ☎ 338.590.43.27 oppure ✉ [gioacchino.moccia@alice.it](mailto:gioacchino.moccia@alice.it)

Sito [www.psicologogioacchinomoccia.it](http://www.psicologogioacchinomoccia.it)

I tre percorsi esperenziali sono del tutto indipendenti l’uno dall’altro;  
l’accesso avviene esclusivamente previo colloquio conoscitivo-motivazionale.  
Per i percorsi gruppalì è previsto il rilascio di dispense di appunti su teorie e tecniche impiegate;  
quello individuale e sull’autoipnosi sono accessibili anche in età dello sviluppo.

# IPNOSI e AUTOIPNOSI

*“La Gentilezza dell’Essere”*



**Tre tipologie di percorsi  
esperenziali  
di avvicinamento e conoscenza**

## **I - PERCORSO INDIVIDUALE con AUTOIPNOSI e/o IPNOSI**

*La flessibilità delle metodologie ipnotiche ed autoipnotiche consente, all'interno di un rapporto personalizzato, di approntare progetti individualizzati che in base alle esigenze possono essere assimilabili ad una relazione di*

*Coaching e Mentoring* ("allenatore" o mentore che accompagna lungo il percorso di sviluppo di nuove e più flessibili forme di competenze personali, professionali, artistiche, per una performance più efficace);

*Counseling* (accompagnamento in momenti di crisi o decisionali particolari, che possono avvantaggiarsi dell'impiego ed apprendimento delle metodiche, in assenza di problematiche o disagi strutturati);

*Psicoterapia* (in presenza di difficoltà o disagi che richiedono un trattamento mirato in cui si voglia fruire e risulti idoneo l'impiego dell'ipnosi clinica);

*Supervisione* (soprattutto per professionisti -psicologi, medici, operatori della salute, educatori, ecc.- già in possesso di esperienze con l'ipnosi e/o autoipnotiche da affinare e approfondire, riportando al supervisore esigenze e difficoltà incontrate nei contesti applicativi).

*I costi variano in relazione al progetto individualizzato concordato e conseguente modalità di lavoro prescelta.*

\* \* \*

## **II - AUTOIPNOSI (Autocoaching)**

*Se non gestisci te stesso, chi/cosa lo farà?*

*Per: apprendere a rilassarsi ed energizzarsi, migliorare il benessere e gestire gli stress; rafforzare le capacità di reazione dell'organismo; aumentare in modo naturale l'autocontrollo dello stile di vita in alcuni problemi di salute; conoscersi meglio; supportare la propria crescita personale; eccellere in una propria abilità o competenza (professionale, sportiva, artistica, creativa).*

Questa metodica gentile ed efficace consente di rilassare il corpo (pur non essendo sempre necessario), di quietare l'emisfero sinistro (razionale, analitico), attivando al contempo quello destro (cervello immaginativo ed emozionale). Si può così creare il personale *stato "giusto"* ancorandolo a sé per "riprogrammarsi" (riapprendimento) o "programmarsì" (nuovo apprendimento).

In autoipnosi è possibile: affinare maggiormente aspetti già funzionali; ristrutturare ostacoli al raggiungimento di un obiettivo (di benessere, di salute, formativo, di autoconoscenza, ecc.); impiantare nuove istruzioni o radicare nuovi "semi", in direzione di una maggiore resilienza ed eccellenza.

*Il corso, a carattere introduttivo ma sufficiente a fornire solide basi, è organizzato in gruppo (8 - 20 persone), di mattina in un unico week end, per totali 10 ore; la quota, comunque scontata del 40% per gli studenti, può variare in base alla sede del corso.*

## **III - LABORATORIO DI IPNOSI ED AUTOIPNOSI**

*Vera e propria bottega o laboratorio di pratica in gruppo per la conoscenza/approfondimento delle principali metodologie e tecniche, prevalentemente di ipnosi ma anche di autoipnosi; rivolto soprattutto, ma non solo, ai professionisti che svolgono attività nell'ambito della cura, del sociale, della comunicazione, dell'insegnamento, delle relazioni.*

Ogni incontro è incentrato su 3 livelli (*tecnico, scientifico e artistico*) attraverso l'attivazione delle aree *pratica, teorica e creativa*), con l'obiettivo di integrarle per padroneggiare l'apprendimento in modo operativo.

Ogni incontro è soprattutto esperenziale, con numerose esercitazioni dirette in cui si svolge di volta in volta il ruolo di facilitatore/guida, di soggetto, di attento osservatore-meta di interazioni ipnotiche tra altri.

Saranno fornite dispense (supporti, link, bibliografie e copioni) per consentire di allenarsi ed operare tra gli incontri. Il materiale è tutto tradotto dall'inglese o è originale del trainer.

E' prevista una prova finale per il rilascio dell'attestato di partecipazione contenente il monte ore.

L'idoneità all'accesso al training avviene attraverso un colloquio conoscitivo-motivazionale con presentazione del curriculum vitae formativo e/o professionale.

*Il corso è organizzato in piccolo gruppo (6 - 16 persone), in 10 incontri a cadenza mensile di 4 ore ciascuno per totali 40 ore; la quota, comunque scontata del 40% per gli studenti, può variare in base alla sede del corso e, invece che in due soluzioni uniche, può essere mensilizzata.*

\* \* \* \* \*

*Ipnosi, Autoipnosi ed Ipnoterapia sono allo stesso tempo tecniche, scienze ed arti; per ciascuna tipologia di percorso il vasto ed articolato ventaglio delle possibili applicazioni e la ricchezza di metodologie e tecniche disponibili consente di fruire di ulteriori livelli di approfondimento, intermedi e avanzati.*

\* \* \* \* \*

### **Il trainer**

#### **Gioacchino Moccia**

Psicologo-psicoterapeuta, ipnologo e mediatore familiare, in qualità di *clinico, didatta e ricercatore* nell'ambito dell'approccio relazionale-sistemico, si è sempre interessato ai mondi della coppia, della famiglia e dell'individuo.

Quali fulcro dell'intervento ecologico, ha privilegiato sempre più gli aspetti di salute (sia nel lavoro sul disagio che sulle potenzialità della "normalità"), e quelli di prevenzione.

Da molti anni si dedica anche all'uso integrato di metodologie di gestione delle risorse profonde (Ipnosi, Autoipnosi, Relax Profondo, *DHE - Design Human Engineering*, Psicologia Energetica, ecc.) le cui molteplici applicazioni, sia con i singoli che in gruppo, risultano di particolare utilità nei diversi contesti terapeutici, così come in quelli tesi al miglioramento personale dell'individuo sano (*counseling, coaching, mentoring*).

Per un decennio è stato *magistrato onorario* presso il Tribunale per i Minorenni di Napoli.