

## MODALITA' E SEDI

**Sabato 30 settembre (dalle 10.00 alle 17.00)  
e domenica 1 ottobre 2017 (dalle 10.00 alle 14.00).**

**E' indispensabile prenotarsi entro 3 giorni dall'evento.**

**Quota: 140 euro + IVA  
(90 euro + IVA per gli studenti).**

*(Il costo è dimezzato per chi abbia frequentato precedenti edizioni)*

*Sede: Istituto di Terapie Sistemiche  
via Francesco Borromini 6 sc.B - 81100 Caserta.*

★ ★ ★ ★ ★

### Per informazioni e prenotazioni:

- Daniela D'Addio ☎ 340-261.49.98



[daniela.daddio@gmail.com](mailto:daniela.daddio@gmail.com)

- dr. Gioacchino Moccia ☎ 338-590.43.27



[gioacchino.moccia@tin.it](mailto:gioacchino.moccia@tin.it)

sito: [www.psicologogioacchino.moccia.com](http://www.psicologogioacchino.moccia.com)

★ ★ ★

### SEDI DI ATTIVITA'

▪ *Centro di Psicoterapia della Famiglia*  
Via G. L. Bernini, 104 - NAPOLI

▪ *Istituto di Terapie Sistemiche*  
Via F. Borromini, 6, sc. B – CASERTA

▪ E' possibile prevedere altre sedi in caso di specifiche richieste di enti, équipe di lavoro, team, ecc.

## DESTINATARI

**Il seminario è pragmatico e adatto a chiunque per motivi personali o professionali voglia introdursi all'utilizzo dell'autoipnosi e alle possibilità dell'ipnosi.**

### Ha come obiettivo:

- sperimentare le possibilità delle connessioni e unità *mente-corpo* (utili nelle relazioni di aiuto, per operatori olistici, body workers, medici, terapeuti, counselors, social workers, coach, insegnanti, in ambito comunicativo, ecc.);

- sensibilizzarsi ad una maggiore *cura di sé*, alla gestione del *distress* (stress negativo), e migliorare comprensione e uso delle proprie *potenzialità*;

- apprezzare metodiche base per aumentare padronanza di sé e "volontà" (per lo sport, l'arte, la creatività), e sostenere qualsiasi miglioramento personale (*auto-coaching*);

- agevolare *naturalzza* e padronanza in stili di vita da disciplinare (cure, diete, regimi alimentari o terapeutici);

**... rendersi cioè conto che importanti potenzialità e parti di noi sono molto più amichevoli, sagge e alla portata di quanto siamo condizionati a credere ...**

\* \* \*

Il corso si svolge in piccolo gruppo.

*"Auto-coaching con la Gentilezza dell'Essere"*

**SEMINARIO PRATICO** di

**INTRODUZIONE**

all'**AUTOIPNOSI**

*V Edizione*



**2 GIORNATE  
DI FORMAZIONE**

## Perché l'Autoipnosi?

**Per usare i potenziali di crescita, benessere e salute.**

\* o \* o \*

Lo stato auto-ipnotico, sotto altre vesti, è implicito ma misconosciuto e sottoutilizzato in moltissime situazioni, procedure e tradizioni occidentali ed orientali e comprenderlo, o meglio padroneggiarlo, può rivelarsi un vero dono.

Si tratta di uno stato *naturale*, efficace e comodo da apprendere per attivare e comunicare con le risorse profonde.

Trova impiego *consapevole*, diretto o trasversale, in molti contesti: gestione dello stress, auto-miglioramento, rinforzare e sostenere gli effetti di terapie mediche o psicologiche, riabilitazione, apprendimento, formazione, e in settori come sport, arte, creatività.

Ogni stato interiore dell'individuo ha le sue risorse: quando un obiettivo è realistico ed ecologico per la persona, con l'**autoipnosi** è agevole creare, modulare ed utilizzare lo stato giusto per raggiungerlo.

Un prezioso alleato per riequilibrarsi, affinare competenze, rilassarsi, ricaricarsi, meditare, ispirarsi, promuovere cambiamenti, rinforzare l'“io”.

## Cosa si apprende

**Strumenti per la vita che durano una vita:** attraverso un percorso base pratico e fruibile.

- **Rilassamento, visualizzazioni, meditazioni guidate, autoipnosi: potenzialità, differenze, benefici.**
- **Come comunicare con la “mente-del-corpo” e quella emozionale.**
- **In autoipnosi è facile imparare (anche l'autoipnosi stessa!).**

.....

- **La piacevolezza degli stati di risorsa.**
- **3 procedure autoipnotiche per le varie differenze percettive individuali.**
- **Basi concrete per fare da soli rispetto ad un obiettivo.**

\* o \* o \*

### Gioacchino Moccia

Clinico, didatta e ricercatore, da sempre interessato ai mondi della coppia, della famiglia e dell'individuo.

Da anni approfondisce anche l'uso integrato di metodologie di gestione delle risorse profonde (Ipnosi, Autoipnosi, Relax Profondo, *DHE - Design Human Engeneering*, 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 preventivi e dedicati al miglioramento personale dell'individuo sano (*counseling, coaching e mentoring*).

Esercita nel privato come psicologo-psicoterapeuta ed ipnologo, e in ambito pubblico come mediatore familiare; già *magistrato onorario* presso il Tribunale per i Minorenni.

## Come

Con l'utilizzo consapevole dei linguaggi naturali della nostra *mente profonda*, si quietava l'emisfero dominante e si attiva quello immaginativo creando un diverso stato conscio, di risorsa.

La *mente profonda*, è la parte essenziale e nostra *mente più grande*, a cui non abbiamo accesso diretto ma che *ha*, invece, *sempre accesso a noi!*

Gli strumenti (*auto*)ipnotici amplificano armoniosamente sensibilità, sensorialità e consapevolezza e, contrariamente ai luoghi comuni, fanno acquisire più controllo sulle proprie risorse, aumentandone l'efficienza per la soluzione di problemi, il potenziamento di abilità, ecc.

\* \* \*

Ampiamente collaudate all'estero per efficacia dei risultati, le metodiche vanno diffondendosi sempre più anche da noi.

**Restando in completo controllo ed operando consapevolmente esse aiutano in modo naturale a perseguire direzioni più creative e salutari, con notevole incremento di autonomia e benessere.**