



READINGS

by **weplusnetwork**

*In un ambiente confortevole, informale, partecipativo
introduciamo e condividiamo spunti da un testo
che ha costituito un riferimento per uno di noi,
ha influenzato il nostro modo di vedere il mondo,
ha arricchito il nostro bagaglio professionale*

The Art of Somatic Coaching ***Embodying Skillful Action, Wisdom, and Compassion***

Richard Strozzi-Heckler (a cura di Paola Fanti)

Mercoledì 23 Ottobre 2019 - ore 17.45-19.30
Sede WE+Network, via Labicana, 45 , Roma

17.45 **Welcome by WE+Network – Barbara Parmeggiani**

18.00 **Reading by Paola Fanti**

“The Art of Somatic Coaching” introduce a pratiche di coaching che includono consapevolezza del corpo, body work , mindfulness legata all’aspetto somatico, sia per il coach che per il cliente. L’autore Richard Strozzi-Heckler spiega che per ottenere cambiamenti realmente sostenibili in individui, team e organizzazioni, è necessario implementare pratiche somatiche, orientate al corpo al fine di dissolvere abitudini, comportamenti e interpretazioni del contesto che hanno perso la loro rilevanza ed efficacia.

Il nostro modo di essere è integrato nel nostro corpo a livello di muscolatura, organi e sistema nervoso. Implementando un approccio somatico, questi modelli possono essere spostati affinché avvenga la trasformazione. L’autore ci guida attraverso le tre fasi del **Somatic Transformation Model**: somatic awareness, somatic opening, somatic practices.

Attraverso queste pratiche, si verifica un ritmo di dispiegamento in ciò che Strozzi-Heckler descrive come un **Arco di Trasformazione** - spostandosi in fasi da tendenze condizionate a un nuovo modo soddisfacente e appagante di essere pienamente incarnato.

19.30 **Aperitivo e Arrivederci!**