

SESSUALITA' e RELAZIONE

weekend di formazione teorico-pratica

a cura di
Carlotta Basurto

La sessualità è spesso un ambito carico di inibizioni, paure e tabù, vissute "in segreto" in quanto difficili da comunicare e condividere con qualcuno.

Quest'incontro ha tra i suoi obiettivi quello di invitare le persone a considerarlo un ambito di scambio basato sulla fiducia, in cui è possibile crescere percorrendo insieme le strade per conoscere meglio se stessi e l'altro. Il lavoro sarà prettamente esperienziale: attraverso l'uso mediato e protetto della metafora, del gioco e della danza, i partecipanti verranno accompagnati in un percorso che li porterà ad esplorare alcune tematiche insite nella sessualità, come il piacere, la curiosità, il gioco, la fiducia, l'intimità, il riuscire a lasciarsi andare ad un'espressione libera del corpo, la sensualità/sensorialità, la condivisione, la creatività, la comunicazione.

Contenuti

- la relazione come ambito di scambio, intimità, fiducia
- espressione corporea: vivere e scoprire la possibilità di esprimersi attraverso ogni parte del proprio corpo
- scoprire e allearsi alla propria natura animale
- sensorialità e sensualità
- paure e tabù: il gioco e la condivisione come risorse per trasformare e sdrammatizzare
- la gioia ed il libero fluire attraverso la danza