

TRAINING AUTOGENO E MINDFULNESS, TECNICHE DIVERSE SE NE PARLA A ROMA SABATO E DOMENICA A CONVEGNO IDO

Roma, 11 settembre -Training autogeno e mindfulness. Sono entrambe ispirate a tecniche meditative indiane, come quella vipassana e lo yoga, ma si differenziano nelle posture e nel fondamento teorico. A spiegarne a Roma similitudini e divergenze sarà Walter Orrù, psichiatra, psicoterapeuta e direttore dell'Icsat (Italian Committee for the Study of Autogenic Therapy and Autogenic Training), nell'ambito del convegno dell'Istituto di Ortofonia (IdO) dal titolo 'Dal training autogeno analitico di Schultz alla psicoterapia bionomica-autogena di Schultz'. La due giorni si svolgerà in via Alessandria 128/b dalle 9 alle 18.

"Entrambe le tecniche facilitano l'introspezione- afferma l'esperto- ma la portata del training autogeno è enorme perché è sostenuto da un approccio teorico psicodinamico che ne facilita la portata nel profondo". La Mindfulness, "inventata negli anni '70 del secolo scorso, è invece inserita nella psicologia cognitivo comportamentale con una portata in termini di conoscenza del profondo più limitata in quanto l'approccio cognitivo comportamentale non prevede l'esistenza dell'inconscio, individuale e collettivo, che consentono di esplorare la personalità umana fin nelle parti più profonde".

Per informazioni sulle modalità di partecipazione, dato il numero limitato di posti, scrivere a scuolapsicoterapia@ortofonologia.it o contattare i numeri 0644291049, Fax: 0644290410