

Nel 1985 ho iniziato il mio percorso di crescita personale e nel 1992 la mia formazione in Psicointegrazione, seguendo tutto l'iter formativo e trasformandola in seguito con una collaborazione con il Centro di Psicointegrazione di Milano.

Nel frattempo ho frequentato la scuola quadriennale di Naturopatia presso l'Istituto Riza, specializzandomi in Floriterapia e Psicosomatica.

Nel 2003 ho frequentato una scuola di Counseling regionale e successivamente una scuola regionale di Operatore del benessere, durante la quale mi sono avvicinata alla PNL ed al massaggio ayurvedico.

Nel 2005 ho frequentato dei corsi per la conduzione dei gruppi con l'utilizzo delle fiabe e nel frattempo ho iniziato il percorso sistemico presso l'Istituto Iskon, specializzandomi in Solution focused work e conseguendo un master in Costellazioni familiari.

Nel 2006 mi sono avvicinata alle danze dei Fiori di Bach, delle danze fatte in cerchio che hanno lo stesso effetto terapeutico dell'assunzione tradizionale dei rimedi, ed ho iniziato il corso di formazione con Joyce Dijkstra, allieva diretta di Anastasia Gang, ideatrice delle danze stesse, formazione che sto tutt'ora continuando.

Nel 2007 ho frequentato il ciclo di seminari avanzati Hermes presso l'Università di Medicina Naturale di Milano.

Durante questo mio percorso le cose che più mi hanno appassionato sono state la Psicointegrazione, i Fiori di Bach e le Danze in cerchio.

Fin da subito mi sono resa conto che uniti insieme, i Fiori di Bach e la Psicointegrazione sono un mezzo molto potente per la risoluzione dei conflitti emotivi, e che l'utilizzo delle Danze lo rende anche leggero e gioioso.

Nelle serate vengono quindi proposti degli esercizi di psicointegrazione supportati dalle danze in cerchio, affrontando ogni volta un argomento diverso.

Ad esempio potremmo decidere di completare, durante la settimana, un lavoro che rimandiamo da tempo, ed allora, dopo averlo individuato e condiviso con il gruppo, con delle danze specifiche rafforzeremo la volontà di compierlo. Oppure la serata potrebbe consistere nell'affermare la propria identità sia nella condivisione, che con le danze. Oppure nell'andare a ritrovare delle emozioni che ci turbano per poi prendercene cura, danzando.

Nei seminari di un giorno, invece, vengono esaminati alcuni fiori di Bach, in modo esperienziale, andando cioè a provare l'emozione di ogni fiore con degli appositi esercizi di psicointegrazione o con delle apposite danze.

Vogliamo parlare dei fiori mimulus e rock rose, che rafforzano il coraggio? Andremo allora a ritrovare nella nostra memoria degli episodi in cui ci siamo sentiti coraggiosi e li condivideremo con il resto del gruppo, oppure danzeremo le danze di Mimulus e di Rock Rose e ci confronteremo sul quello che è stato il nostro sentire, durante la danza.

Vi aspetto nei miei incontri

Vanda Case