



# centering 2009

*Sei pronto per metterti in viaggio verso ciò che sei veramente?  
Vuoi impegnarti per tradurre in azione i tuoi valori e i tuoi sogni?  
Senti il bisogno di trovare il tuo modo di "essere utile alla vita"?*

Centering è un percorso formativo per entrare in contatto con le proprie risorse personali, per creare relazioni di qualità con se stessi e con gli altri, per scoprirsi "capitani della propria nave".

E' anche un training per diventare 'facilitatore del processo di crescita personale', per poter accompagnare, a propria volta, altre persone in un percorso individuale di maggior conoscenza e valorizzazione di sé.

Centering nasce da una pluriennale esperienza di formazione aziendale con le più avanzate metodologie della psicologia umanistica per favorire l'autoconoscenza, l'autostima e l'autorealizzazione nella vita privata e professionale, attraverso un processo di integrazione e dialogo tra i diversi aspetti di sé.

Il percorso formativo introduce alla teoria e alla pratica di questo metodo di crescita personale e può essere intrapreso:

- per arricchimento personale
- per integrare la propria attività in campo formativo e relazionale
- per intraprendere una nuova attività professionale e diventare 'C-trainer', facilitatore del processo di crescita personale, abilitato a condurre percorsi individuali "Centering one to one!".

Il percorso formativo si articola in tre moduli: il primo, di un fine settimana, per sperimentare in gruppo il metodo; il secondo, di due fine settimane e sei sabati, per approfondire la teoria e la pratica; e il terzo – solo per chi è interessato all'applicazione professionale - è un percorso individuale in sei incontri.

**[www.centering.it](http://www.centering.it)**



[www.ecosistemistudio.it](http://www.ecosistemistudio.it) - [info@ecosistemistudio.it](mailto:info@ecosistemistudio.it)  
Via Pecchio 18, 20131 Milano (MM Loreto)  
Marcella Danon 335 6052912 - Isabella Ferlini 393 1752365



# centering

edizione inverno-primavera 2009

Percorso formativo

per entrare in contatto con le proprie risorse  
per scoprirsi "capitani della propria nave"  
per creare relazioni di qualità con se stessi e con gli altri  
per diventare facilitatori del processo di crescita personale

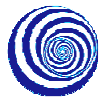


## 1° MODULO - **Centering me**

### Io sono il capitano della mia nave

Un week end introduttivo per sperimentare in gruppo il metodo

**7 e 8 febbraio 2009** – Marcella Danon e Isabella Ferlini  
*Agriturismo I GELSI, Cernusco Lombardone (Lc)*



## 2° MODULO - **Centering us**

### Alleno le competenze del mio capitano

Due week end e sei sabati di formazione in gruppo per imparare il metodo

#### **1 - 2. Dal fare all'essere – Qualità delle relazioni**

**21 e 22 febbraio 2009** – Marcella Danon e Isabella Ferlini  
*Agriturismo I GELSI, Cernusco Lombardone (Lc)*

#### **3. Ascolto ed empatia**

**7 marzo 2009** – Isabella Ferlini  
*ECOSISTEMI, via Pecchio 18, 20131 Milano (MM Loreto)*

#### **4. L'incontro Io-Tu**

**21 marzo 2009** – Marcella Danon  
*ECOSISTEMI, via Pecchio 18, 20131 Milano (MM Loreto)*

#### **5. Spontaneità e diplomazia**

**4 aprile 2009** – Isabella Ferlini  
*ECOSISTEMI, via Pecchio 18, 20131 Milano (MM Loreto)*

#### **6 - 7. Integrare corpo emozione-pensiero**

**25 aprile e 26 aprile 2009** – Marcella Danon e Isabella Ferlini  
*Agriturismo I GELSI, Cernusco Lombardone (Lc)*

#### **8. La volontà in azione**

**9 maggio 2009** – Marcella Danon  
*ECOSISTEMI, via Pecchio 18, 20131 Milano (MM Loreto)*

#### **9. La forza del talento**

**30 maggio 2009** – Isabella Ferlini  
*ECOSISTEMI, via Pecchio 18, 20131 Milano (MM Loreto)*

#### **10. Verso l'autorealizzazione**

**6 giugno 2009** – Marcella Danon e Isabella Ferlini  
*Agriturismo I GELSI, Cernusco Lombardone (Lc)*