




E' proprio vero che...

*...chi pecora
si fa, lupo
la mangia?*




Scuola di Counseling IL MUTAMENTO

1



Pecore o lupi?

*Come
sempre...
Sta a noi
saper scegliere!*



Scuola di Counseling IL MUTAMENTO

2



Attenzione!

*Ma chi guida
la scelta?
E perché?*



Scuola di Counseling IL MUTAMENTO

3

 *Le pecore sono buone?*

La pecora... ha il suo buon perché!




Scuola di Counseling IL MUTAMENTO 4

 *Ma attenti a certe... pecore!*


Si può essere violenti con un sorriso... o un silenzio!



Scuola di Counseling IL MUTAMENTO 5

 *Chi è il lupo? Un guerriero!*

"Un animale sensibile, sociale, ma capace di restare anche solo. Si prende cura della famiglia e protegge il branco."




Scuola di Counseling IL MUTAMENTO 6

 *Chi è un guerriero?*


*Si tratta forse
di saper essere
violenti,
insensibili,
sopraffattori?*



Scuola di Counseling IL MUTAMENTO 7

 *Diventare Guerrieri...*

*Diventiamo dei
Guerrieri solo quando
ci assumiamo la
piena responsabilità
della nostra vita!
Ovvero... ADULTI!*




Scuola di Counseling IL MUTAMENTO 8

 *I finti Guerrieri...!*

- ✓ *Gli "eroi"*
- ✓ *I bulli/
codardi*
- ✓ *Gli arroganti*




Scuola di Counseling IL MUTAMENTO 9



Il Guerriero - L'Amazzone

È l'archetipo che incarna doti quali il coraggio, la disciplina, la resistenza e la capacità di perseguire i propri obiettivi con determinazione.



Scuola di Counseling IL MUTAMENTO

10




Il Coraggio

Non è assenza di paura, ma piuttosto è la sua accettazione. Il Guerriero affronta le proprie paure, consapevole che rifuggendole queste si ingigantiscono ed acquistano potere.




Scuola di Counseling IL MUTAMENTO

11




La Disciplina

È la capacità di fare ciò che ci si è ripromessi, nonostante le condizioni esterne ed interne. Il Guerriero preferisce la pratica all'ozio, l'impegno alle scuse e l'azione alla procrastinazione.




Scuola di Counseling IL MUTAMENTO

12



La Determinazione

Il guerriero è focalizzato sul suo obiettivo. Quando capisce di aver scelto il sentiero sbagliato lo lascia senza esitazione, per provare un nuovo percorso, perché è consapevole che il fallimento non è segno di un accanimento divino!



Scuola di Counseling IL MUTAMENTO
13



La Concentrazione

La capacità di focalizzarsi sull'essenziale è uno dei tratti salienti del Guerriero, perché sa che le continue distrazioni lo allontanano dai suoi obiettivi.




Scuola di Counseling IL MUTAMENTO
14



La Competenza

Anni di pratica deliberata hanno conferito al Guerriero quella sicurezza necessaria per affrontare qualsiasi nemico senza complessi di inferiorità.



Scuola di Counseling IL MUTAMENTO
15




L'aggressività

*Il Guerriero è aggressivo!
L'aggressività è uno strumento neutro ed indica l'energia che si utilizza per il raggiungimento di un determinato obiettivo.*



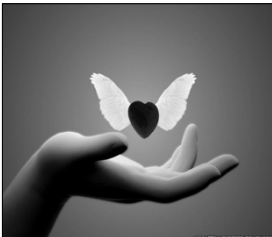
16

Scuola di Counseling IL MUTAMENTO



Il Distacco Emotivo

In battaglia il Guerriero deve essere in grado di distaccarsi da emozioni, dubbi e paure. Distaccarsene non significa non provarle! Significa però non permettere loro di influenzare il giudizio o l'azione in quel momento.



17

Scuola di Counseling IL MUTAMENTO



La Lealtà

La lealtà del Guerriero va interpretata come negazione delle spinte egocentriche dell'Eroe e non come cieca obbedienza.



18

Scuola di Counseling IL MUTAMENTO



La Resilienza Consapevole

La resilienza è la capacità di far fronte in maniera positiva agli eventi traumatici. Il Guerriero si rialza ad ogni sconfitta, ma sa anche ritirarsi se troppo ferito! Non è un Eroe!



Scuola di Counseling IL MUTAMENTO
19



Come diventare Guerrieri?

1) Lasciarsi ispirare!
Essere consapevoli delle proprie fragilità per saper scegliere i nostri "maestri"!



Scuola di Counseling IL MUTAMENTO
20



Come diventare Guerrieri?

2) Affrontare le paure!
Così si dà solidità all'autostima, si può credere di più in sé stessi e si accresce la forza necessaria per affrontare paure sempre più grandi.




Scuola di Counseling IL MUTAMENTO
21

 *Ma soprattutto...*


3) Trovare lo scopo della propria vita!




Scuola di Counseling IL MUTAMENTO 22

 *La formula della vita!?*

Logos
+
Caos
=
Pathos




Scuola di Counseling IL MUTAMENTO 23

 *Essere vivi...*

"Lo scopo della vita, in fondo, è quello di viverla, di gustare con intensità ogni accadimento, di apprezzare con entusiasmo e senza timore le esperienze più nuove e ricche."

Eleanor Roosevelt.



Scuola di Counseling IL MUTAMENTO 24
