

OFICINA DE TRABALHO BIOGRÁFICO

UM CAMINHO DE AUTO-
CONHECIMENTO

**TOMAR
A VIDA NAS
NOSSAS MÃOS**

Módulo I

21 e 22 de Abril 2018

www.a-ama.com.pt
biografica@a-ama.com.pt

Qual o Tema Base

Um programa de iniciação para o Ser Humano da atualidade. Assim como a humanidade vem se desenvolvendo ao longo dos tempos, o indivíduo também percorre um caminho de desenvolvimento na sua biografia pessoal, passando por transformações de níveis de consciência, hoje cada vez mais aceleradas.

A ênfase deste programa está no caminho individual de iniciação, onde o participante será incentivado a experienciar o conteúdo oferecido, como um movimento importante de transformação pessoal que poderá ter ressonâncias nas suas atuações social, profissional e familiar.

Em tempos passados, processos de iniciação aconteciam em locais específicos, sob a condução de um sacerdote. Hoje, a iniciação passa pela tomada de consciência de cada um da própria experiência de vida. Nosso guia é o nosso próprio Eu.

A compreensão do nosso papel pessoal, através do aprofundamento da nossa biografia individual e das suas leis cósmicas, permite contribuir, como indivíduos cada vez mais conscientes, para a evolução da humanidade.

Como vamos trabalhar?

Tomando por base a visão global do ser humano, segundo Rudolf Steiner, reconstruir-se-á a "árvore da vida", estruturada em ciclos de 7 anos, que serão abordados, nas suas características e potencialidades específicas, em 3 Módulos distintos.

A metodologia base será a da participação activa. Durante as sessões de trabalho haverá momentos de partilha em pequenos grupos e em grupo alargado, alternando com momentos de reflexão individual. Nos grupos, só se revelará o que se quiser. É um trabalho de respeito profundo pela mais íntima individualidade de cada um num ambiente de estrita confidencialidade

Em complemento das sessões de trabalho, haverá actividades diversificadas, de expressão artística e outras actividades lúdicas e agradáveis que, no seu conjunto, ajudarão na descoberta de cada um e dos caminhos percorridos e a percorrer.

As sessões serão acompanhadas por facilitadoras habilitadas com o curso de Aconselhamento Biográfico, com a duração de 4 anos, o que lhes permite partilhar este instrumento de auto-conhecimento e de evolução pessoal.

A quem pode interessar o Trabalho Biográfico ?

A todos mas, em particular:

Pais e educadores que poderão adquirir um conhecimento mais profundo das fases de desenvolvimento da criança e do jovem o que os ajudará na importante tarefa de acompanharem o crescimento de um Ser Humano.

Aos profissionais de saúde e, em especial, aos psicólogos, como forma de alargarem a sua visão no processo de acompanhamento dos seus pacientes.

Aos que desempenham papéis de cuidadores pela riqueza maior da sua forma de ajudar o outro.

Condições de Inscrição

A **idade mínima** é de **25 anos**, salvo excepções que serão avaliadas por uma conversa a ter, antes da inscrição, com uma das facilitadoras.

Pagamento prévio de 50% do MÓDULO III no acto da inscrição, por transferência bancária - **NIB 003501270000076691077**

O restante será efectuado no início de cada sessão. Caso se queira pagar os 3 módulos adiantadamente o preço total será de 180 € (150 € para sócios da AMA).

Coordenação
Cristina Coimbra

Facilitadores
Cristina Coimbra e Rosa Halpern

Organização
Vera Melo e Rosa Pelícias

Local
Em Lisboa – (a definir)

Custo
Cada módulo 70 €
(Sócios da AMA 60 €)

Refeições
Em conjunto, trazidas de casa ou por encomenda - 7€/cada
As refeições facultativas, serão pagas no dia da sessão, no altura da encomenda.

Contactos

Cristina Coimbra 969257176
kriscoimbra@gmail.com

Vera Melo 961544594
veramelo17@gmail.com

Programa do Módulo I

Sábado, 21 das 9:00 às 19:00

Exercícios de expressão artística.

Exposição sobre as bases do Trabalho Biográfico.

Reflexão individual sobre os 1º e 2º seténios.

Partilha em pequeno grupo dos resultados do Trabalho individual.

Debate alargado e encerramento da Sessão.

Domingo, 22 das 9:30 às 14:00

Exercício musical e de expressão artística.

Trabalho individual do 3º seténio e partilha em pequeno grupo.

Debate alargado e encerramento.

Datas Previstas para

Módulo II – Maio, 19 e 20

Módulo III – Junho 23 e 24