



HeArt Counseling
ricerca neuropsicosomatica
Milano - Roma - Lugano - Genève

Diventa ciò di cui hai paura.



www.heart-counseling.com

Lugano - Milano - Zurigo - Roma

@heart_counseling

Hai bisogno
di HeArt.

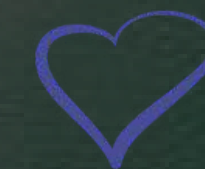
Solo che
ancora non
lo sai.

“La repressione della nostra
autenticità, della nostra
energia vitale e delle emozioni
sono ormai „normalizzate“ fin
dalla nostra infanzia, ma
portano le persone ad
irrigidire la propria identità, la
propria espressione e inibire
la propria forza vitale .”

C. Jung, A. Lowen, W. Reich



La Connessione Mente-Corpo al Tuo Servizio



* Scopri di più sulla
Neuropsicosomatica PNEI

HeArt è un percorso di crescita che unisce counseling PMP PNEI*, workshop e gruppi esperienziali. Lavora sulla connessione tra corpo, emozioni e pensieri per aiutarti a:

- Sciogliere blocchi emotivi e fisici
- Liberare tensioni croniche e stress
- Riscoprire la tua energia vitale e focus

Un viaggio trasformativo in 5 tappe

Un programma accreditato dal MIUR e sostenuto dall'UNESCO che unisce:

- Benessere psicofisico
- Relazioni e intelligenza emotiva
- Consapevolezza globale e sostenibilità

Grazie al Protocollo Mindfulness Psicosomatica (PMP)

**Modulo 0
(Punto Zero)**
1 x 3h
Single

Esperienza intensiva propedeutica al Progetto Gaia offre un primo assaggio del lavoro neuropsicosomatico

Modulo 1
3x1h30
Weekly

Sperimentare la consapevolezza interiore e le tensioni da stress

Modulo 2
3x1h30
Weekly

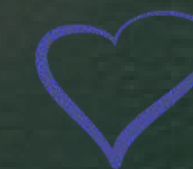
Consapevolezza corporea, gestione dello stress, dell'aggressività e rilassamento

Modulo 3
3x1h30
Weekly

Consapevolezza dei blocchi e intelligenza emotiva 3 Sabati consecutivi

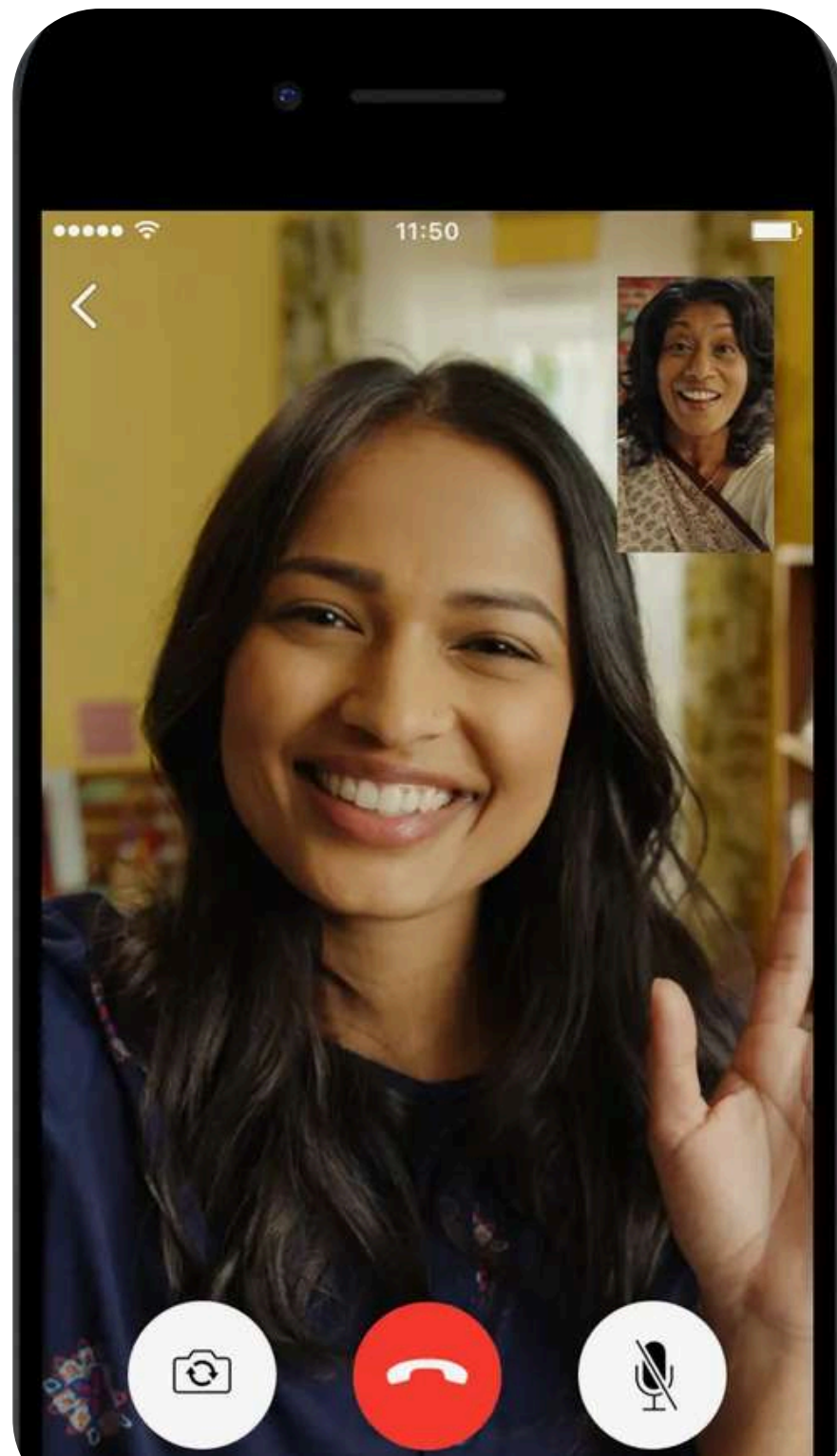
Modulo 4
3x1h30
Weekly

Consapevolezza del campo elettromagnetico, della sostenibilità e Cittadinanza Globale



HeArt Connection

3 Pratiche settimanali online



Domenica

Aperto a tutti

dalle 12:00 alle 12:50

Martedì

**Disponibili per gli
associati**

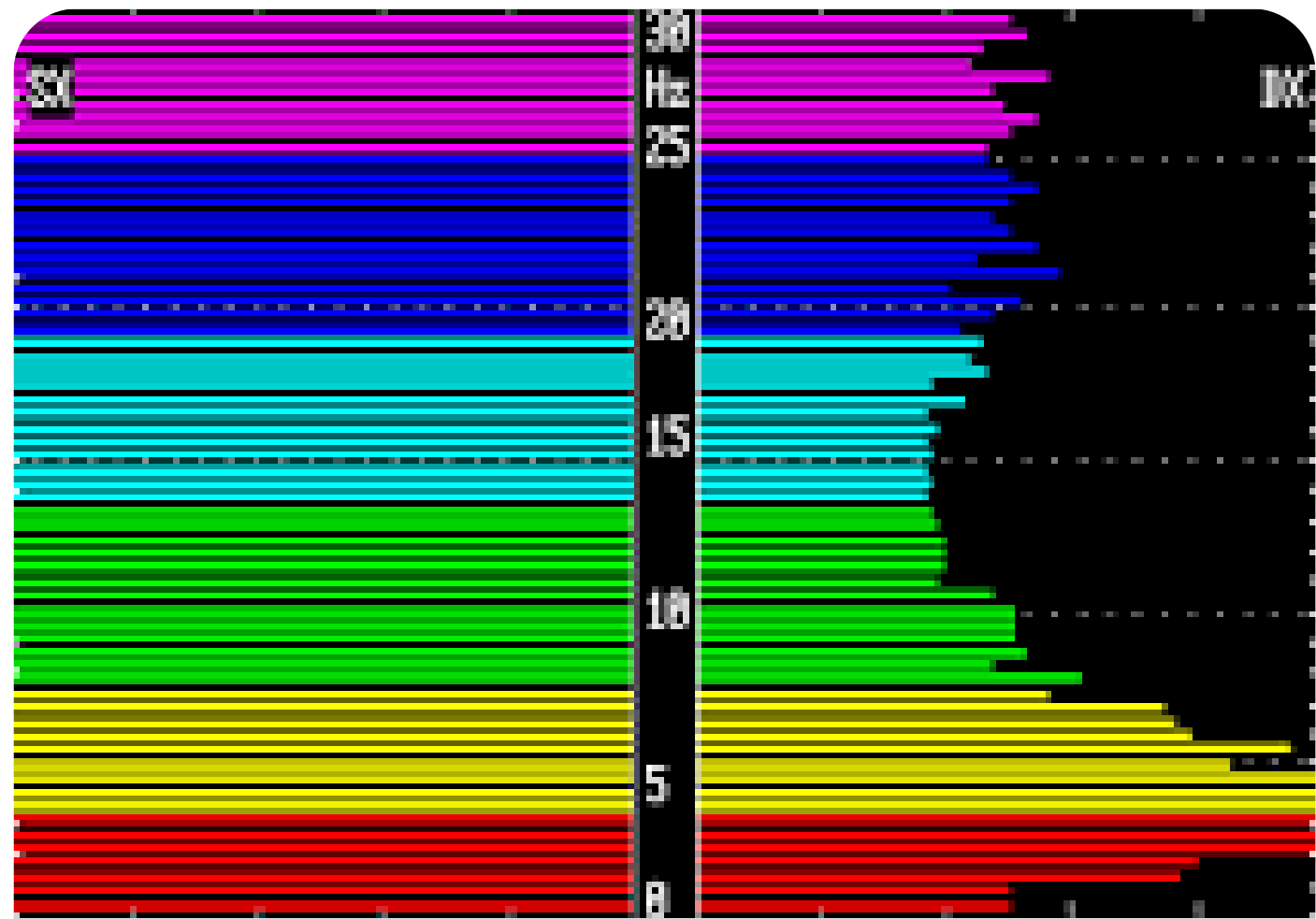
Dalle 21:00 alle 21:50

Venerdì

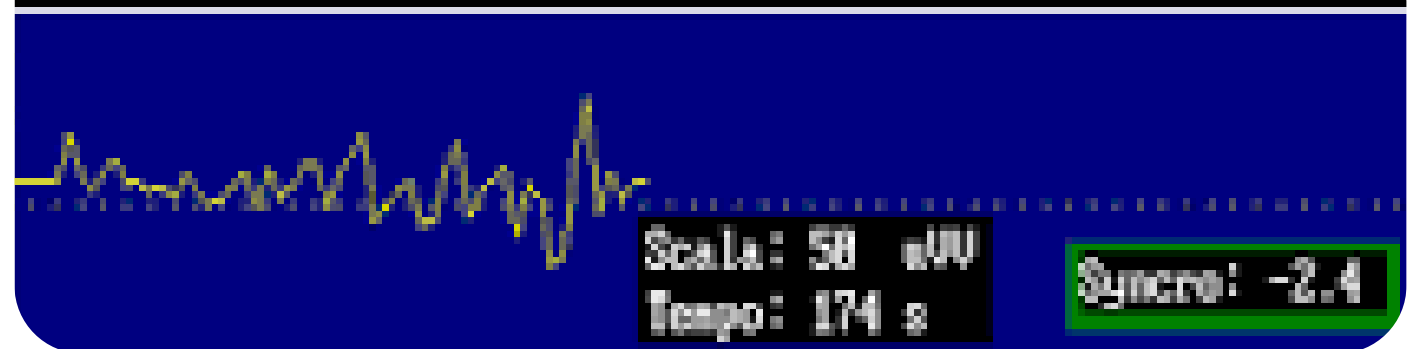
**Riservato
Counseling/Residenziali**

Dalle 07:00 alle 07:50

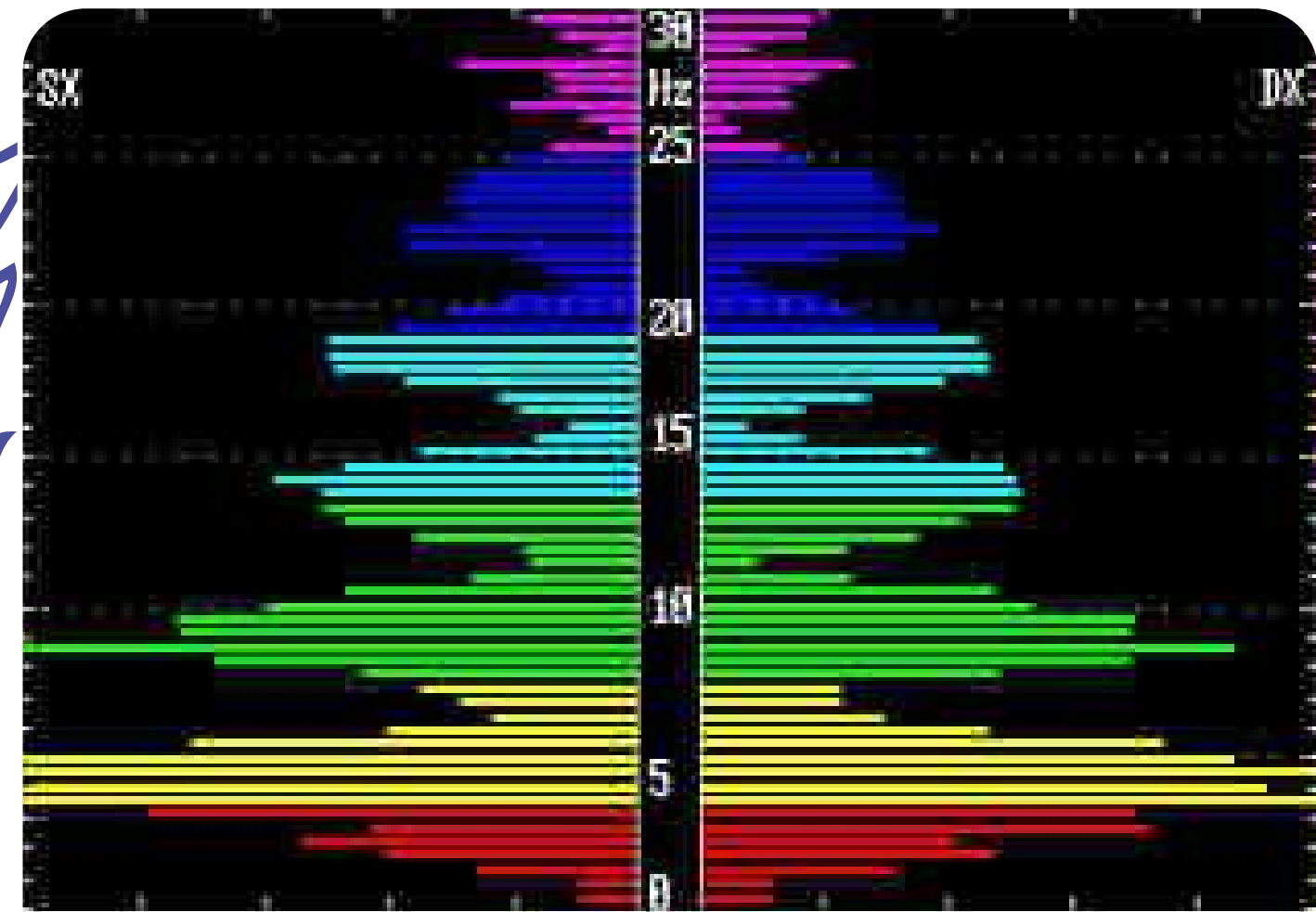
Powered by  **zoom**



Sogg. femminile iperefficiente sul lavoro in stato di stress e OS in silenzio. Grave iperattività sx razionale generalizzata e blocco alfa a dx. Assenza di syncro (-2.4)



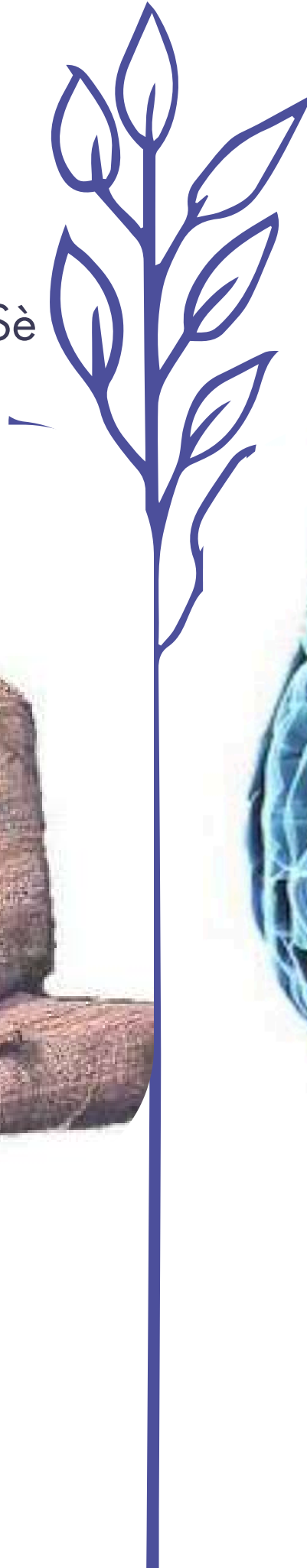
sistema neuropsichico
sbilanciato
BASSA COERENZA EEG - BASSA
CONSAPEVOLEZZA



Sogg. masc. in Meditazione -Quinto Stadio- onde armoniche con picchi regolari su tutte le bande con altissima sincronizzazione (valori superiori a 95)



sistema neuropsichico
elevata armonia
ALTA COERENZA EEG - ALTA
CONSAPEVOLEZZA
(STATO DI AUTOCOSCIENZA)

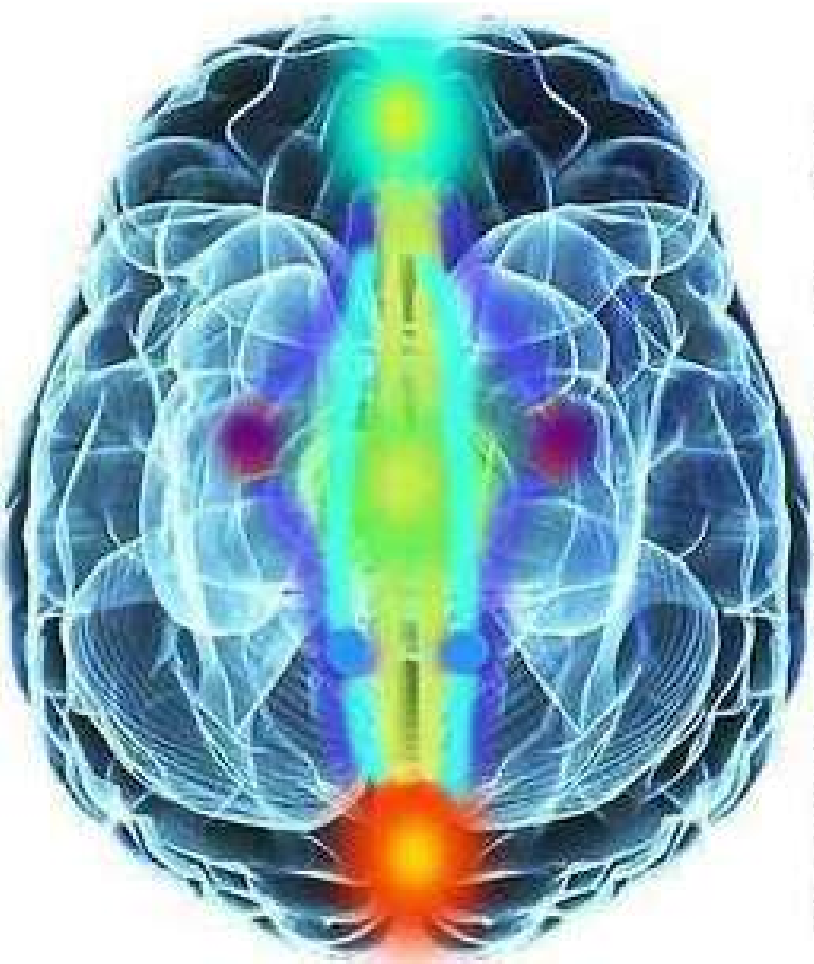


Asse Neurocognitivo del Sè

Asse Psicosomatico del Sè

Asse Neurocognitivo del Sè

Asse Psicosomatico del Sè



Iperattività Mentale
e Dominanza

Difficoltà di espressione

Chiusura Emotiva
Blocco del Cuore

Tensione al
Diaframma

Insensibilità corporea
(inibizione
degli istinti)



Equivalenze
stato di stress neuro-psico-
somatico e blocco psicosomatico

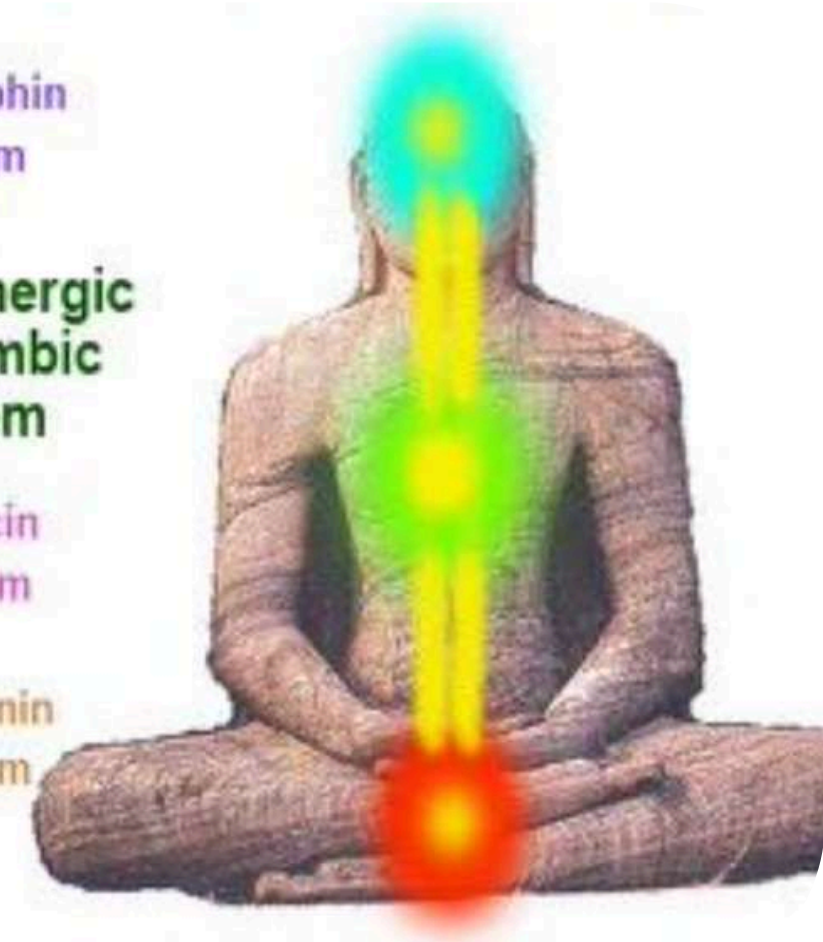


Endorphin
System

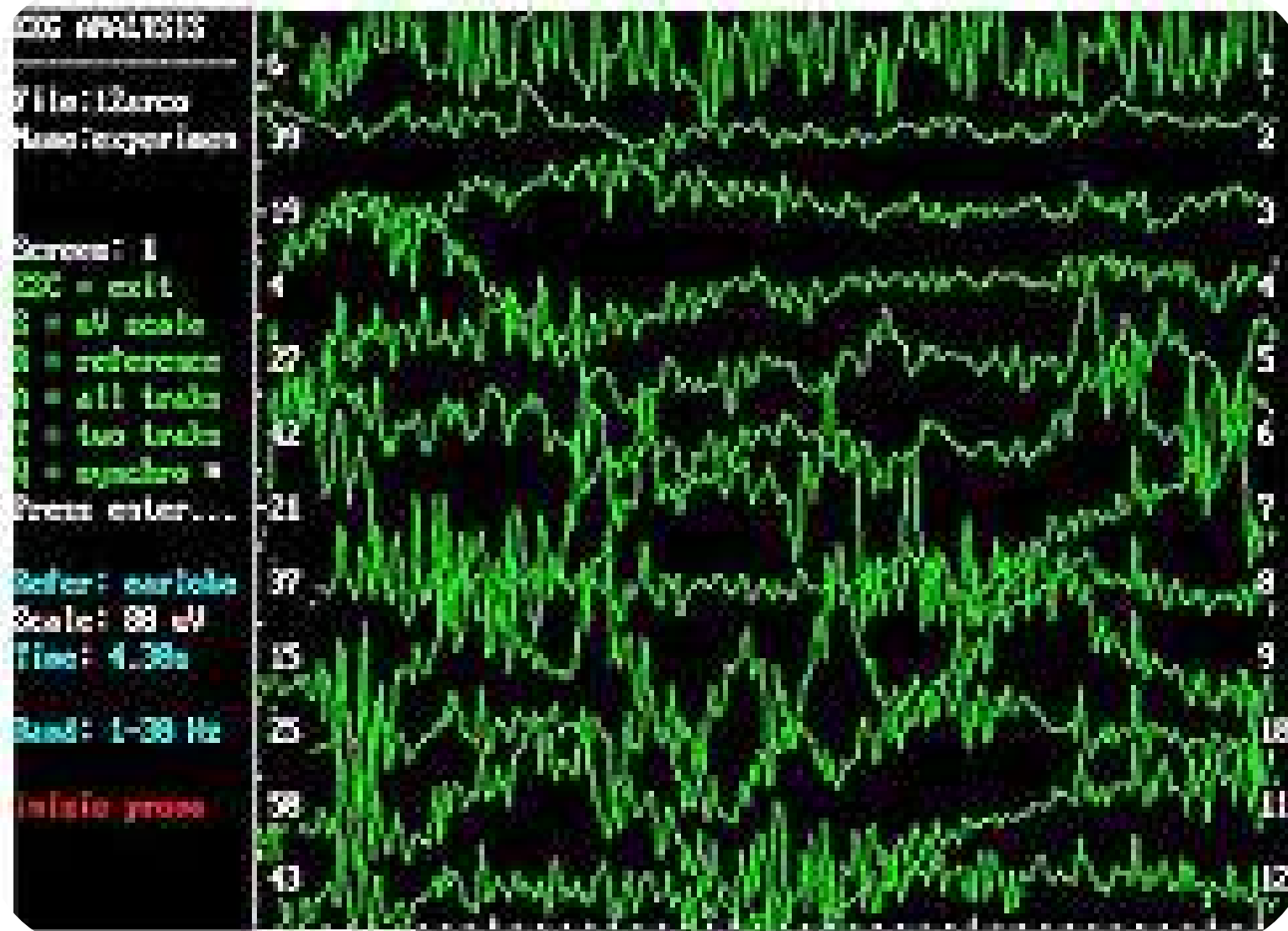
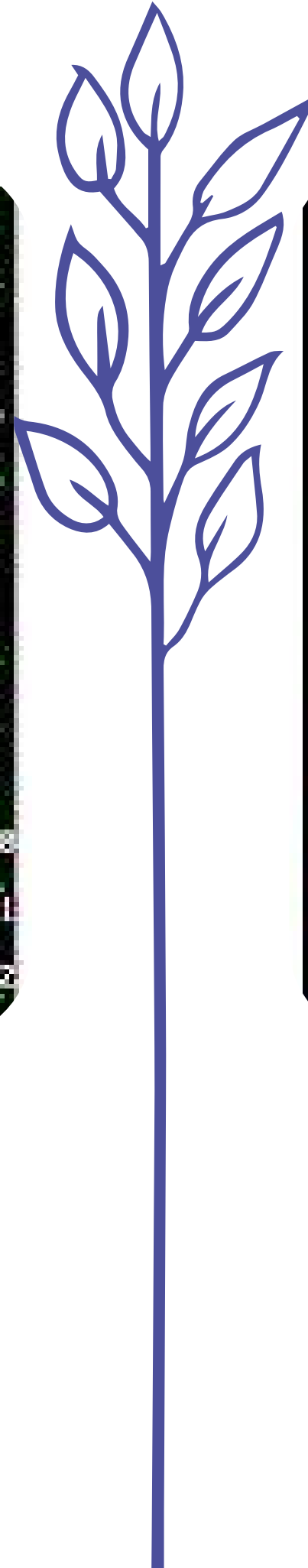
**Dopaminergic
Mesolimbic
System**

Oxyticin
System

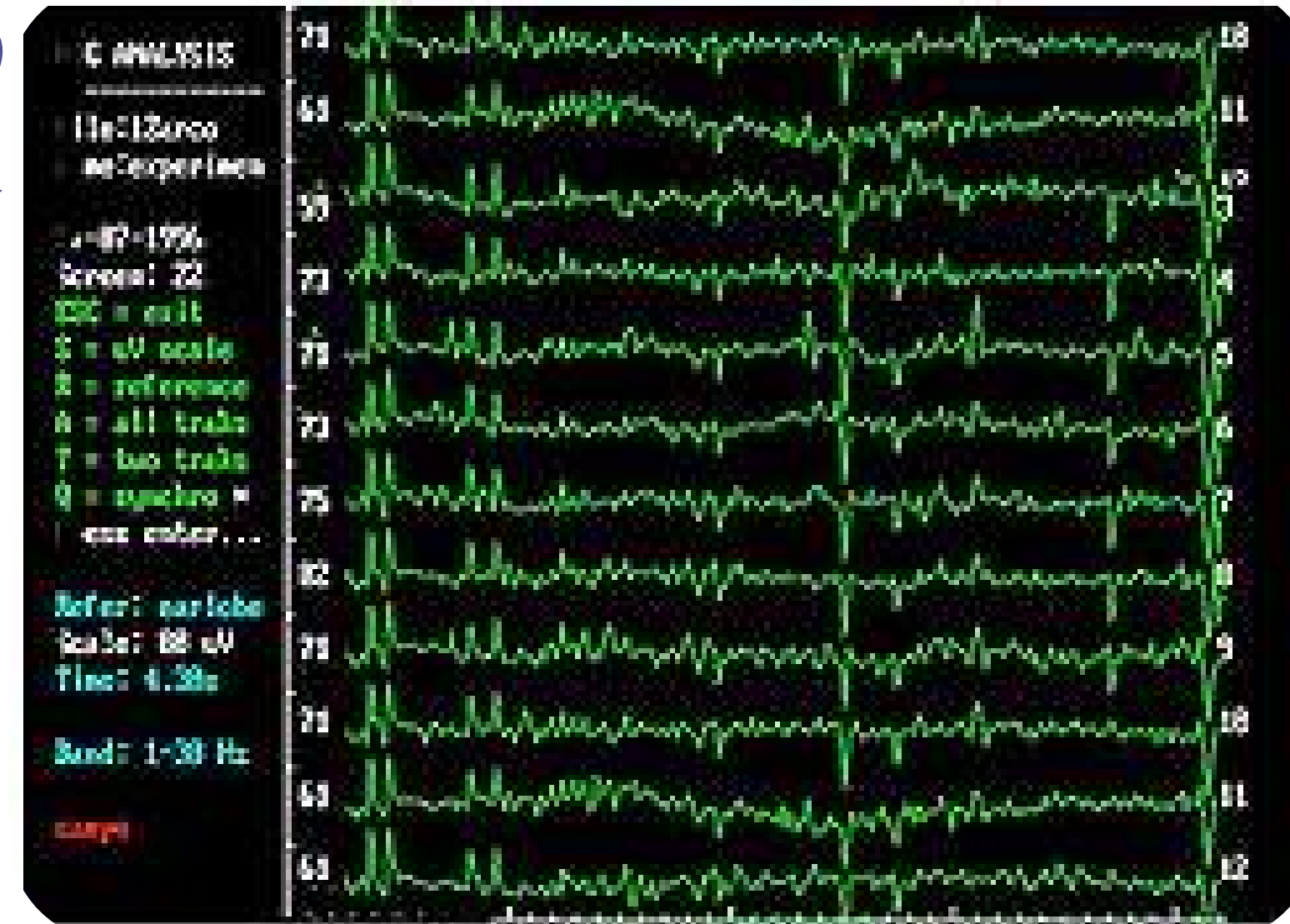
Serotonin
System



Equivalenze
stato di benessere neuro-psico-
somatico e autocoscienza



CERVELLI INCOERENTI
12 persone in stato di consapevolezza
normale (basso livello di comunicazione
e collaborazione)



CERVELLI AD ALTA COERENZA
12 persone in stato di autocoscienza
(alto livello di comunicazione e
collaborazione)



MAPPA PSICOSOMATICA PNEI IL SE' E LE NEUROPERSONALITA'

DSM-V° asse I
Sfera dei disturbi clinici
neuropersonalità gravemente disfunzionali

DSM-V° asse II
Sfera dei disturbi di personalità
neuropersonalità gravemente disfunzionali

OSSESSIVO
PARANOIDE
MANIACALITA'
NARCISISTA
ISTRIONICO
BORDERLINE
ANTISOCIALE

SISTEMA ATTIVO
carica simpatica

SISTEMA PASSIVO
rilassamento parasimpatico

Sfera delle Neuropersonalità
rigide e disfunzionali
o delle Identificazioni dell'io

IO DISSOCIATO

DISTACCATO DAL CORPO E DALLE EMOZIONI
AUTISTICO - ("Schizoide" di Lowen)

MENTALE CONCRETO
GIUDICANTE - CALCOLATORE
CONTROLLANTE - PERFEZIONISTA
RIGIDO - CINICO - FREDDO
DISTANZIANTE - IPOSENSIBILE
("Rigido" di Lowen)

MENTALE ASTRATTO
SOGNATORE - ESTRANIATO
IDEALISTA - IPERSENSIBILE
FILOSOFICO - SPIRITUALE
DISCONNESSO - CONFUSO
("Schizoide")

EMOTIVO ATTIVO
SEDUTTIVO - MANIPOLATORE
AMBIZIOSO - CARISMATICO - IROSO
DIPENDENTE ATTIVO - ESAGERATO
ACCENTRATORE - DRAMMATICO
("Narcisista" di Lowen)
alta Dopamina (Testoster, Vasopress.)

EMOTIVO PASSIVO
TIMIDO - COMPIACENTE - PIANGE
SI SVALUTA - NON SI ARRABBIA
DIPENDENTE PASSIVO - TRISTE
IPERPROTETTIVO - SI SACRIFICA
("Orale" di Lowen)
bassa Serotonina, bassa Dopamina

FISICO ATTIVO
DOMINANTE - AGGRESSIVO
EGOISTA - POSSESSIVO
RIBELLE - SFIDANTE - DURO
VIOLENTO - AUTORITARIO
("Psicopatico" di Lowen)
alta Serotonina (dominanza)
bassa Serotonina (aggressività)
alto Testosterone (aggressività)

FISICO PASSIVO
INSICURO - SOTTOMESSO - INIBITO
REMISSIVO-PAUROSO-ANSIOSO
RASSEGNAO - EVITANTE
VERGOGNA delle EMOZIONI
("Masochista" di Lowen)
alto Cortisolo (paura, stress)
alta Serotonina (evitamento)
basso GABA (ansia) - Octopamina

EMISFERO RAZIONALE
realista - determinato - centrato
discriminante - costruttivo
Noradrenalina (attenz.) - ACh (attivaz.)

EMISFERO INTUITIVO
creativo - aperto - fantasioso
artistico - comprensivo
Endorfina (soddistaz.) Seroton. (sonno)

GIOCO - SOCIALIZZAZIONE
Dopamina - Endorfina
allegro - simpatico - gioioso

CURA - AFFETTO
Ossitocina - Endorfina - Prolattina
amorevole - protettivo - empatico

RICERCA - PASSIONE
Dopamina (ricerca novità)
curioso - entusiasta - attivo

TRISTEZZA - PANICO
(mancanza di affetto e socializzazione)
solitario - introverso - chiuso

SESSO - DESIDERIO
Testoster. - Vasopress. - Estrogeni
attivo - sensuale - intraprendente

PIACERE SOMATICO BASE
Serotonina - DHEA - (Endorfina)
stabile - pacifico - rilassato

RABBIA - POTERE
Testosterone - Serotonina
sicuro - forte - territorialista

PAURA - ANSIA
Cortisolo - Serotonina
insicuro - evitante - ansioso



Sfera del Sé Psicosomatico
Sistemi Emotivi e Neuropersonalità
in equilibrio funzionale

COMA VEGETATIVO

5/24/2015

* Schema modificato del modello dei sette neuro sistemi emotivi di Panksepp, neurobiologico di Cloninger e neuroemozionale di Esposito & Liquri Copyright Nitamo Federico Montecucco - 24 Ottobre 2015



“Come l’acqua che scorre liberamente in un fiume senza ostacoli,
così l’artista che integra le tensioni psicosomatiche libera il flusso
della sua creatività.

Nella reintegrazione delle tensioni, si apre un canale verso una
maggiore espressione artistica, consentendo allo stato di flusso
di diventare una dimora permanente per la sua arte.”

Deva Agni



www.heart-counseling.com

@heart_counseling