



*“Mente e natura sono in costante flusso creativo. [...]Ogni volta che riflettiamo (accendiamo) mentalmente al contenuto del nostro problema, possiamo contare sulla nostra mente per ristrutturarlo spontaneamente in modo un po’ diverso a seconda della soluzione che richiede.” E. L. Rossi*



*“Il nostro destino viene formato dai nostri pensieri e dalle nostre azioni. Non possiamo cambiare il vento ma possiamo orientare le vele”  
(Anthony Robbins)*

**Per info e prenotazioni**  
**Dott. Fabio Varotto 3358400042**  
**fabio@modellidicambiamento.com**

## *L'Alleato Nascosto*

*Modificare voi stessi attraverso le risorse profonde e liberarvi dalle trappole che vi impediscono di cambiare la vostra vita*

**Seminario esperienziale  
organizzato da**



**Casa Novarini**  
**S. Giovanni Lupatoto (VR)**  
**11 Marzo 2018**

# Programma del corso

## Mattino

09.00 Registrazione e accoglienza partecipanti

09.15 Presentazione del seminario e conoscenza del gruppo (primo esercizio esperienziale)

09.30 Individuiamo le nostre "trappole" :  
*Scopriamo quale "trappola mentale" ci impedisce di evolvere e cambiare*

10.30 Conosciamo meglio le nostre trappole:  
*Descrizione delle 11 trappole—origine, atteggiamenti e comportamenti che ne derivano*

11.00 Prima induzione ipnotica

11.30 pausa caffè

12.00 Le basi del cambiamento fisiologico  
*Tecniche cognitive, ipnosi ed autoipnosi*

13.00 Pausa pranzo

## Pomeriggio

14.00 Induzione ipnotica

14.30 Come cambiare le "trappole" :  
*Esercizi individuali e di gruppo sul cambiamento*

15.30 Ipnosi, autoipnosi e cambiamento profondo  
*Esercizi pratici di ipnosi per cambiare le convinzioni derivanti dalle "trappole"*

16.30 pausa caffè

17.00 Esercizi esprienziali ed ipnosi

18.30 Considerazioni finali

# Relatori



**Dott. Fabio Varotto**  
psicologo psicoterapeuta  
Specialista in Ipnosi  
Ericksoniana  
Socio della Società Italiana  
d' Ipnosi

**Dott. Matteo De Tomi**  
psicologo psicoterapeuta  
Specialista in Ipnosi  
Ericksoniana  
Socio della Società Italiana  
d' Ipnosi

