

1η διημερίδα Ελληνικής Εταιρείας Σιάτσου

26&27 Ιανουαρίου 2019

«Το Σιάτσου στην Ελλάδα σήμερα: αναζητήσεις, προκλήσεις, προοπτικές»

***Βιωματικό Εργαστήριο: «Δεξιότητες στο Σιάτσου: η κατάσταση της ροής...»***

Οι συμμετέχοντες δούλεψαν ατομικά, σε δυάδες και τετράδες. Στόχος ήταν να μοιραστούν την πολύπλευρη εμπειρία που βιώνει ο Ασκών και η Ασκούσα το Σιάτσου τη στιγμή που νιώθει ότι πάει καλά η συνεδρία.

Αυτή η εμπειρία αποτυπώνει την κατάσταση της ροής που βιώνει η Ασκούσα και ο Ασκών το Σιάτσου, κύρια χαρακτηριστικά της οποίας είναι το ότι αλλάζει η αίσθηση του χρόνου, είμαστε βυθισμένοι και συγκεντρωμένοι σ' αυτό που κάνουμε χωρίς να διασπάται η προσοχή μας από σκέψεις, είμαστε συνδεδεμένοι με αυτό που συμβαίνει και έχουμε την αίσθηση ότι είμαστε ένα με τον/την δεχόμενο/-η.

***Παναγιώτα Πολυχρόνη-Giannino***

**Seiki-Shiatsu Practitioner**

**B.A.Psychology**

**Τηλ. +30 6972 08 37 32**

**Email: [p\\_giannino@yahoo.com](mailto:p_giannino@yahoo.com)**