



SCUOLA DI KARATE TRADIZIONALE

Presentazione DIFESA PSICOMARZIALE

La lunga ricerca scientifica della **dott.ssa Tiziana Liguori** (psicologa e psicoterapeuta Sistemico Relazionale - esperta in psicodiagnosi ed in criminologia - Allenatrice e Cintura nera 2° Dan di Karate Tradizionale) sulla complessa relazione mente-corpo e del **dott. Bonaventura de Felice** (Maestro IV° Dan Karate Tradizionale ed esperto della formazione professionale), nel 2014 hanno portato alla nascita del corso/progetto "Difesa Psicomarziale".

La "Difesa Psicomarziale" deriva da una costola del Karate Tradizionale adeguato ad hoc dai due professionisti, a cui è stato integrato l'approccio della psicologia sistemico-relazionale e fornisce la possibilità di sentire il corpo come "un secondo Cervello" in grado di avere una storia e/o meglio una memoria storica al fine di comprendere meglio se stessi.

Il corpo come teatro delle emozioni è il primo strumento con cui entriamo in contatto con il mondo. La psiche e il soma non sono due entità separate ma la complessa e unitaria espressione dell'organismo stesso. Sovente disturbi o disagi psicologici trovano espressione in manifestazioni di carattere somatico e parallelamente il nostro corpo racchiude nella sua postura, nei movimenti, nel suo stato di salute uno specchio del vissuto emotivo della persona.

All'interno dei corsi di Difesa Psicomarziale sono previsti laboratori esperienziali, esercizi rivolti al riequilibrio posturale ed alla respirazione, tecniche di meditazione e rilassamento, il tutto al fine di sentirsi meglio con se stessi e gli altri, di trovare benessere psicologico in un periodo di forte stress (lavorativo, familiare, etc. etc.), di imparare a conoscersi meglio, di dedicarsi un momento lontano dalla routine quotidiana curando anche il corpo.

©L'unica Associazione autorizzata a svolgere i corsi di Difesa Psicomarziale è la **A.S.D. JISHIN-DO** di cui la dott.ssa Tiziana Liguori è il Presidente ed il M° Bonaventura de Felice è il D.T.

IL PRESIDENTE

Dott.ssa Tiziana Liguori


Sede Legale: Via Roma 414 Bellizzi (SA)

Sede Operativa: Via San Vito 3, San Vito di Montecorvino Pugliano (SA)

C.F.: 95163320658

Cod. IBAN: IT94Q0760115200001002362893

<http://www.jishindo.it> <http://www.difesapsicomarziale.it> email: defelicieri@tiscali.it - ti.liguori@tiscali tel: 3494753579