Ente di Formazione Professionale ad Indirizzo Olistico
Myamo Associazione Promozione Sociale - Secondo le disposizioni della Legislazione Italiana 4/2013
www.myamo.it - email: info@myamo.it - Tel. 327.5438822

FORMAZIONE PROFESSIONALE

Corso online

TECNICHE DI MEDITAZIONE GUIDATA CON OLI ESSENZIALI E CRISTALLI

Un percorso pratico per imparare a progettare e condurre meditazioni guidate integrando in modo semplice e coerente oli essenziali e cristalli/pietre semipreziose, come strumenti di centratura, presenza e lavoro simbolico. Le lezioni alternano spiegazioni, conduzioni guidate e momenti di integrazione finale.

Programma Formativo

Cosa imparerai

• Condurre meditazioni guidate con presenza, respiro, ritmo, voce, linguaggio e gestione dei tempi.

• Strutturare una sessione completa: apertura, centratura, visualizzazione, rientro e integrazione.

• Scegliere e abbinare oli essenziali e cristalli in base all'obiettivo della pratica.

• Guidare pratiche tematiche con:

Ametista + Lavanda (quiete e distensione)

Quarzo Rosa + Legno di Rosa (cuore e autoaccoglienza)

Cristallo di Rocca + Incenso (chiarezza e focus)

• Integrare le tecniche in contesti professionali: counseling, coaching, educazione e formazione.

Materiali inclusi

Dispensa digitale + registrazioni video delle lezioni, per rivedere e approfondire.

A chi è rivolto

Counselor, coach, educatori, operatori olistici, insegnanti e professionisti della relazione d'aiuto, e a chi desidera acquisire strumenti concreti per la conduzione di pratiche guidate.