

## Scheda aggiornamento

Titolo dell'aggiornamento	VERGOGNA E SENSO DI COLPA: DUE FACCE DELLA STESSA MEDAGLIA
Ente erogante	BERNE COUNSELING
Durata espressa in ore	4
Tipologia di corso	<input checked="" type="radio"/> In presenza <input type="radio"/> FAD <input type="radio"/> Mista
Date e orari di svolgimento	SABATO 19 NOVEMBRE 2022 ORE 09.30 – 13.30
Sede di svolgimento	Centro Berne, piazza Vesuvio 19, Milano
Costo omnicomprensivo	40 euro <input type="radio"/> + IVA <input checked="" type="radio"/> IVA inclusa <input type="radio"/> IVA esente
A chi si rivolge	<input type="radio"/> Solo a counselor <input checked="" type="radio"/> A counselor e altre tipologie di professionisti
Numero massimo di partecipanti	20
Responsabile didattico dell'aggiornamento	Silvia Polin
Nominativo/i del/dei formatore/i	Silvia Polin
Metodologia didattica	<input type="radio"/> Teorica <input type="radio"/> Esperienziale <input checked="" type="radio"/> Mista
Documento rilasciato al discente	Attestato contenente le ore e il programma svolto con evidenziati gli estremi del riconoscimento di AssoCounseling
Materiale didattico consegnato al discente	<input type="radio"/> Dispense <input type="radio"/> Materiale audio/visivo <input type="radio"/> Altro <input checked="" type="radio"/> Nessun materiale
Modalità di richiesta informazioni	berne@berne.it - 02.4987357 - Per compilare il form di richiesta iscrizione: <a href="https://www.berne.it/event/vergogna-e-senso-di-colpa-due-facce-della-stessa-medaglia/">https://www.berne.it/event/vergogna-e-senso-di-colpa-due-facce-della-stessa-medaglia/</a>

Programma dettagliato del corso

L'OBIETTIVO:

“Il compito principale nella vita di ognuno è dare alla luce se stesso”.

(Erich Fromm)

“Non preoccuparti se gli altri non ti apprezzano. Preoccupati se tu non apprezzi te stesso”.

(Confucio)

In questo incontro (in un ambito protetto al di fuori del giudizio e della critica) ci avventureremo nelle pieghe di due emozioni che condizionano molto la vita di un bambino prima e di un adulto poi.

La coscienza di Sé si sviluppa attraverso lo specchio dell'ESSERE e del FARE.

Lungo queste due dimensioni strutturiamo infatti la nostra personalità; ciò che si ama e ciò che realizziamo sono quindi due espressioni identitarie attraverso cui costruiamo l'immagine che abbiamo di noi stessi.

Ma quando la percezione di sé si tinge di critica e di inadeguatezza, è probabile che si aprano le porte emotive della vergogna e della colpa limitando l'espressione e l'espressività della nostra esistenza.

In questo incontro esploreremo queste due emozioni secondarie per comprendere:

Come nascono queste emozioni?

Cosa esprimono?

Quali sono le differenze?

Cosa raccontano?

Vi aspetto con la curiosità di dare un senso a queste due dimensioni emotive.

Varie