

Scheda aggiornamento

Titolo dell'aggiornamento	La felicità s'impara
Ente erogante	Istituto Internazionale Psicossintesi Educativa
Durata espressa in ore	8
Tipologia di corso	<input type="radio"/> In presenza <input checked="" type="radio"/> FAD <input type="radio"/> Mista
Date e orari di svolgimento	martedì 9 febbraio dalle 20.00 alle 22.00 martedì 16 febbraio dalle 20.00 alle 22.00 martedì 23 febbraio dalle 20.00 alle 22.00 martedì 2 marzo dalle 20.00 alle 22.00
Sede di svolgimento	piattaforma Zoom Istituto Internazionale Psicossintesi Educativa Via Romagnoli, 39 - Verona
Costo onnicomprensivo	100 euro <input type="radio"/> + IVA <input type="radio"/> IVA inclusa <input checked="" 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	Maria Bernadette Schenker, counselor e coach in Psicossintesi
Nominativo/i del/dei formatore/i	Raffaella DiSavoia, counselor e coach in psicossintesi, trainer, supervisor.
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	telefonare al 3271063787 o inviare e-mail a: psicosintesivr@gmail.com entro venerdì 5 febbraio 2021

Programma dettagliato del corso

Il corso propone un percorso strutturato in 4 incontri per esplorare il tema della Felicità da un punto di vista soggettivo, ed elaborare strategie per scoprire ed alimentare la felicità nel quotidiano. Il corso è prevalentemente esperienziale, e prevede l'utilizzo di varie tecniche della psicoterapia che i counselor potranno efficacemente utilizzare con i propri clienti.

Descrizione didattica dello svolgimento articolato per incontri (strumenti e modalità di lavoro)

Incontro 1

Introduzione al corso e presentazione dei partecipanti.

Obiettivo dell'incontro: aumentare la consapevolezza di ciò che felicità significa per ognuno, esplorandone i significati individuali.

Strumenti utilizzati: Meditazione riflessiva, disegno, diario, frasi evocatrici.

Incontro 2

Obiettivo dell'incontro: individuare gli ostacoli alla felicità, consapevolizzando le proprie modalità auto sabotanti (mindset, credenze ecc)

Strumenti utilizzati: ascolto attivo, riflessioni a coppie, visualizzazione guidata

Incontro 3

Obiettivo dell'incontro: elaborare strategie concrete per alimentare la felicità nella propria vita

Strumenti utilizzati: meditazione creativa, scrittura, lettura testi

Incontro 4

Obiettivo dell'incontro: esplorare le proprie qualità e potenzialità

Strumenti utilizzati: inventario, scrittura, affermazioni

Al termine di ogni incontro verrà assegnato un "compito a casa" che verrà ripreso la volta successiva.

Varie