

Evento formativo riconosciuto da AssoCounseling valido ai fini dell'aggiornamento permanente. Scheda sintetica:

Titolo dell'evento	Coredance: Danzare la Vulnerabilità. Counseling ad indirizzo corporeo Coreenergetico
Tipologia	Workshop
Ente erogante	Spi.Co SC
Monte ore totale	16
Modalità di erogazione	Presenza
Sede di svolgimento	Sala Verde - Regione Gonzole, 4 10043 - Orbassano (To)
Piattaforma FAD	
Date e orari di svolgimento	Sabato 3 maggio 2025 Orario: 10.00-18.00 Domenica 4 maggio 2025 Orario: 10.00-18.00
Costo	€ 160 IVA inclusa
Responsabile didattico	Maria Silvia Lo Sardo
Formatore	Alessandro Balzan A2697, Counselor ad indirizzo Coreenergetico trainer e supervisor Milena Bedin A3382, Professional Counselor ad indirizzo Bio-Gestaltico
Metodologia didattica	Esperienziale
Documentazione rilasciata	Attestato contenente le ore e il programma svolto con evidenziati i crediti assegnati e gli estremi del riconoscimento di AssoCounseling
Contatti	Email spicocounseling@gmail.com
	Tel. 3465004522
	Web www.cooperativaspico.com

<p>Programma</p>	<p>Nelle due giornate di workshop approfondiremo il tema della Vulnerabilità attraverso il corpo e il movimento. Coredance è una pratica meditativa attiva con il corpo, con il respiro, con il movimento libero e la musica; la metodologia usata è il counseling Coreenergetico, che essendo di matrice corporea usa il corpo e il movimento come tramite per la propria crescita personale.</p> <p>Programma:</p> <p>La vulnerabilità ha due sfaccettature; la prima è collegata al suo etimo, da vulnerare "ferire" e da qui il suo significato - che può essere ferito, facile da attaccare. Da questo punto di vista l'emozione collegata è la paura di essere ferito che invita ad una allerta costante; in sostanza vivo sulla difensiva. Ci sono tuttavia altre sfaccettatura di significato più figurate che focalizzano l'essere vulnerabili come "l'essere sensibili" sia rivolto a sé stessi sia a quello che succede nell'ambiente esterno. In questa seconda accezione, non essendo sulla difensiva sono più aperto e recettivo e la vulnerabilità può quindi essere fondamentale per essere più autentici, per creare connessioni autentiche con gli altri e per promuovere la crescita personale. Dal punto di vista psicologico, la vulnerabilità è legata alla capacità di tollerare l'incertezza e di affrontare il rischio di esporre sé stessi. Essere vulnerabili richiede coraggio perché significa accettare il fatto che non si ha pieno controllo sull'esito di una situazione. Questa accettazione può promuovere l'autenticità e la crescita personale, permettendo di vivere esperienze più profonde e gratificanti.</p> <p>Cosa faremo insieme:</p> <ul style="list-style-type: none"> - esperienze sul respiro come manifestazione dello Spirito Vitale presente dentro di noi; - meditazioni attive e danze consapevoli volte ad espandere il sentire e la consapevolizza di ciò che succede nel corpo; - danze libere di radicamento, per consolidare la percezione e la connessione con il nostro corpo e lo Spirito; - esperienze individuali e di gruppo volte ad affrontare la paura di mostrarmi vulnerabile, collegata alla paura di mostrarmi per quello che sono; - esperienze individuali e di gruppo volte a superare la paura di mostrarmi vulnerabile, di mostrarmi per quello che sono facendo esperienza della positività di questa condizione interiore; - affronteremo alla fine la vulnerabilità come condizione per creare relazioni più profonde a un vita più autentica e gratificante, sempre attraverso esperienze individuale e di gruppo.
<p>Varie</p>	
<p>Crediti assegnati da AssoCounseling</p>	<p>16 Ore valide ai fini del percorso di crescita personale</p>

Disclaimer: i dati qui riportati sono stati comunicati dall'ente erogante sotto la propria responsabilità. L'ente si è impegnato a comunicare tempestivamente ogni variazione ai dati forniti, anche in ordine a eventuali errori e/o omissioni. Tutti gli eventi formativi riconosciuti da AssoCounseling sono presenti sul sito web istituzionale <https://www.assocounseling.it>