

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

Titolo dell'evento	I confini personali
Tipologia	Percorso di formazione
Ente erogante	Spi.Co SC
Monte ore totale	6
Modalità di erogazione	Presenza
Sede di svolgimento	Sala Verde - Regione Gonzole, 4 10043 - Orbassano (To)
Piattaforma FAD	
Date e orari di svolgimento	Domenica 1 marzo 2026 Orario: 10.00/17.00
Costo	€ 60 IVA inclusa
Responsabile didattico	Maria Silvia Lo Sardo
Formatore	Alessandra Bortolami, Advanced Professional Counselor
Metodologia didattica	Mista
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>Il seminario si propone di aiutare i partecipanti a diventare consapevoli di cosa sono i confini personali e di come sono i propri di confini al fine di riuscire ad adattarli, in base alle diverse situazioni, con flessibilità ed arrivare a manifestare modalità di risposte più sane e assertive.</p> <p>Obiettivo del seminario</p> <ul style="list-style-type: none"> - definire cosa sono i confini personali (fisici, emotivi, mentali) - illustrare l'importanza di avere dei confini personali - Identificare i diversi tipi di confini personali (deboli, rigidi, flessibili) - prendere consapevolezza dei propri confini personali e del loro impatto nelle relazioni - imparare a mettere, mantenere, modificare i propri confini personali - costruire fisicamente i propri confini con l'utilizzo di strumenti espressivi
Varie	
Crediti assegnati da AssoCounseling ⁶	Ore assegnate da AssoCounseling valide come percorso di crescita personale ¹