

## Scheda aggiornamento

Titolo dell'aggiornamento	Breve durata non è assenza di profondità e di efficacia: il tempo nel counseling.
Ente erogante	Scuola di Counseling Integrato CoMeTE (Tecniche Corpo-Mente-Energia)
Durata espressa in ore	7
Tipologia di corso	<input checked="" type="radio"/> In presenza <input type="radio"/> FAD <input type="radio"/> Mista
Date e orari di svolgimento	10 dicembre 2022; orario: 9.30-13; 14.30-18
Sede di svolgimento	Associazione REF, via Morimondo 5, 20143, Milano
Costo onnicomprensivo	100,00 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	25
Responsabile didattico dell'aggiornamento	Elisabetta Cofrancesco, medico, psicoterapeuta, direttore della Scuola
Nominativo/i del/dei formatore/i	Valentina Folla, supervisor e trainer Counselor AssoCounseling, analista esistenziale e fisioterapista esperta in psicologia somatica.
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	contatto scritto o telefonico: verrà inviata scheda di iscrizione Associazione REF, via Morimondo 5, 20143, Milano, tel. 02.36553120, fax 02.36553121, cell. 339.5963680; info@associazioneref.org www.associazioneref.org

Programma dettagliato del corso

Breve durata non è assenza di profondità e di efficacia: il tempo nel counseling.

Il tempo è un patrimonio limitato a nostra disposizione, per questo ha tanto valore ciò a cui lo dedichiamo.

La velocità è una modalità che consuma, che impedisce di dedicare a quello che viviamo la nostra piena presenza, la possibilità di esserci interamente e di vivere il qui e ora. Spesso la mente corre velocissima e trascina il corpo in un turbinio di cose da fare che non lasciano tempo per fermarsi, per ascoltarsi, per farsi toccare dalla vita.

L'incontro di Counseling diviene uno spazio esclusivo per rallentare, per sospendere le mille voci del mentale, per depositare e assimilare, per scoprire ciò che si muove dentro e favorire il cambiamento.

Quel cambiamento che può accadere solo grazie e attraverso un processo di sintonizzazione profonda, di apertura ai sensi, di orientamento verso il sentimento.

Il lavoro proposto nel seminario sarà prevalentemente esperienziale.

Attraverso pratiche individuali, diadiche e di gruppo ognuno potrà sperimentare quella qualità di profondità che, indifferente al tempo cronologico, rappresenta la condizione in cui si realizza il farsi concreto del cambiamento.

Varie

Si suggeriscono abiti comodi e calze antiscivolo (alla sala si accede senza scarpe).