

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

Titolo dell'evento	Essere o dover essere? questo è il problema! Alla ricerca del Sé
Tipologia	Seminario
Ente erogante	Scuola di Counseling Integrato CoMeTE (Corpo-Mente-Energia)
Monte ore totale	14
Modalità di erogazione	Presenza
Sede di svolgimento	Associazione REF, via Morimondo 5, 20143, Milano
Piattaforma FAD	
Date e orari di svolgimento	22-23 novembre 2025; orario: 9.30-13; 14.30-18
Costo	€ 180,00 + IVA
Responsabile didattico	Elisabetta Cofrancesco, medico, psicoterapeuta
Formatore	Paolo Gilardi, supervisor trainer counselor AssoCounseling
Metodologia didattica	Teorica
Documentazione rilasciata	Attestato contenente le ore e il programma svolto con evidenziati i crediti assegnati e gli estremi del riconoscimento di AssoCounseling
Contatti	Email info@associazioneref.org
	Tel. 02.36553120; 339.5963680
	Web www.associazioneref.org

<p>Programma</p>	<p>Spesso ci troviamo intrappolati in un conflitto, a volte consapevole altre volte completamente inconscio, tra Essere e Dover essere: da una parte tra ciò che la società, le aspettative degli altri o perfino noi stessi ci impongono di essere, dall'altra ciò che veramente siamo. Le norme sociali, culturali e personali ci spingono a comportarci in un certo modo per essere accettati e considerati degni di amore e stima. Queste aspettative possono creare stress e ansia se non corrispondono alla nostra vera natura, ai nostri sentimenti autentici, valori profondi e bisogni genuini.</p> <p>Obiettivo del seminario sarà quindi di favorire una maggior accettazione di ciò che siamo veramente, oltre le maschere sociali, riappropriandoci del nostro nucleo autentico e lasciando andare antiche aspettative che non sono più congruenti con esso.</p> <p>Sono previste esperienze, corporee e relazionali, e counseling in gruppo.</p>
<p>Varie</p>	<p>Si suggeriscono abiti comodi e calze antiscivolo (alla sala si accede senza scarpe).</p>
<p>Crediti assegnati da AssoCounseling</p>	<p>14</p>
	<p>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>