

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

Titolo dell'evento	La giusta distanza nella relazione di cura
Tipologia	Percorso di formazione
Ente erogante	Scuola di Counseling Integrato CoMeTE (Corpo-Mente-Energia)
Monte ore totale	7
Modalità di erogazione	Presenza
Sede di svolgimento	Associazione REF, via Morimondo 5, 20143, Milano
Piattaforma FAD	
Date e orari di svolgimento	domenica 12 aprile 2026. Orario: 9.30-12.30; 13.30-17.30
Costo	€ 100,00 IVA inclusa
Responsabile didattico	Elisabetta Cofrancesco, medico, psicoterapeuta
Formatore	Valentina Folla, supervisor trainer counseling AssoCounseling, analista esistenziale, fisioterapista esperta in psicologia somatica.
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 info@associazionerefr.org
	Tel. 02.36553120; 339.5963680
	Web www.associazionerefr.org

Programma	Quello della giusta distanza è un aspetto centrale della relazione di cura. La presenza esistenzialmente intensa ma allo stesso tempo discreta si concretizza in una relazione che trova la giusta misura e la giusta distanza nell'essere CON e PER l'altro. Una relazione è buona quando accade nel giusto equilibrio, nell' esserci con misura e premura, mentre dannosi sono il difetto o l'eccesso. Nel seminario, attraverso esperienze corporeo/relazionali e minisessioni teoriche, lavoreremo insieme per: - promuovere consapevolezza delle modalità relazionali efficaci e disfunzionali, nella definizione dei propri confini, in una qualità di coerenza e autoregolazione - facilitare la capacità di leggere i segnali provenienti dal corpo dell'altro e la congruenza tra il linguaggio verbale e non verbale - favorire l'empatia e la giusta distanza emotiva: evitare di coinvolgersi eccessivamente (rischio di entrare in burnout) o di essere troppo distaccati. Esserci e sintonizzarsi con efficacia ed equilibrio.
Varie	Si suggeriscono abiti comodi e calze antiscivolo (alla sala si accede senza scarpe).
Crediti assegnati da AssoCounseling 7	Ore assegnate da AssoCounseling valide come percorso di crescita personale