

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

Titolo dell'evento	L'accettazione delle proprie emozioni attraverso la Musica
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	3 ottobre 2026; orario: 9.30-13; 14.30-18
Costo	€ 100,00 IVA inclusa
Responsabile didattico	
Formatore	Paolo Gilardi, supervisor trainer counselor AssoCounseling
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@associazioneref.org
	Tel. 02.36553120; 339.5963680
	Web www.associazioneref.org

<p>Programma</p>	<p>Il seminario sarà soprattutto esperienziale: ascolti musicali, esperienze corporee-relazionali e gruppo di counseling, con l'obiettivo di sperimentare un'ampia gamma di emozioni.</p> <p>Quali emozioni facciamo fatica a contattare? Quali ad esprimere? Cosa dice questo di noi?</p> <p>Il contatto con le emozioni è fondamentale sia a un livello personale che a un livello professionale per saper cogliere, stare e rimandare sentimenti e stati d'animo delle persone con le quali entriamo in relazione. Sarà quindi l'occasione per un lavoro di accettazione nei confronti di sentimenti considerati spiacevoli (tristezza, paura, angoscia, rabbia, invidia, gelosia ecc.) ma anche di quelli sentiti generalmente come piacevoli (amore, gioia, coraggio, vitalità ecc.).</p> <p>Secondo Rogers è solo attraverso l'accettazione delle emozioni "negative" che la persona può lasciar cadere le proprie difese, lasciarsi vedere dall'altro in modo autentico ed entrare gradualmente in contatto con le proprie parti di sé più nascoste, delle quali si vergogna, in un processo di consapevolezza, espansione, crescita ed integrazione della persona che porta a contattare nuove energie, punti di vista e risorse.</p>
<p>Varie</p>	<p>Si suggeriscono abiti comodi e calze antiscivolo (alla sala si accede senza scarpe).</p>
<p>Crediti assegnati da AssoCounseling 7</p>	<p>Ore assegnate da AssoCounseling valide come percorso di crescita personale 1</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>