

Scheda aggiornamento

| | |
|--|---|
| Titolo dell'aggiornamento | Counseling e Meditazione: l'utilizzo di pratiche di consapevolezza all'interno del processo di Counseling |
| Ente erogante | SIBiG - Scuola Italiana di BioGestalt |
| Durata espressa in ore | 8 |
| Tipologia di corso | <input checked="" type="radio"/> In presenza <input type="radio"/> FAD <input type="radio"/> Mista |
| Date e orari di svolgimento | Domenica 10 novembre 2019 ore 10.00 - 18.00 |
| Sede di svolgimento | SIBiG: Via Marcona, 24 - Milano |
| Costo onnicomprensivo | 60 euro <input type="radio"/> + IVA <input type="radio"/> IVA inclusa <input checked="" 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 | 20 |
| Responsabile didattico dell'aggiornamento | Enrico Catalano |
| Nominativo/i del/dei formatore/i | Enrico Catalano, Psicologo Psicoterapeuta |
| 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 | Via e-mail |

Programma dettagliato del corso

L'obiettivo della giornata di formazione è quello di offrire agli allievi alcuni spunti di riflessione e alcuni strumenti concreti sulle possibilità di utilizzo di pratiche di consapevolezza, tratte da vari contesti, nell'ambito della relazione di counseling o della relazione di aiuto in generale.

Verrà inizialmente dedicato uno spazio all'illustrazione del possibile ruolo della pratica meditativa, e delle pratiche di consapevolezza in generale, sia per il counselor sia per il cliente. In particolare, verrà messo in risalto il valore di tali pratiche nell'agevolare una maggiore presenza e focalizzazione nel qui e ora, elementi centrali nell'approccio del counseling; nell'aiutare ad accettare il proprio vissuto e a starci in contatto per poterlo esprimere consapevolmente; nello sviluppare nella persona autenticità e congruenza; nel lavorare sul rilassamento e sul rilascio delle tensioni psico-fisiche.

Quindi, verranno proposte e fatte sperimentare individualmente o in coppia alcune pratiche di consapevolezza, specificamente scelte per poter risultare utili nel processo di counseling: il "continuum di consapevolezza" tipico dell'approccio gestaltico, che integra i piani fisico-percettivo, emotivo e cognitivo; la "meditazione interpersonale" di Naranjo, ponendo l'accento sull'essenza dell'incontro umano nella dinamica relazionale "io-tu"; alcune meditazioni di consapevolezza del respiro e la "meditazione camminata", tratte dagli insegnamenti di Thich Nhat Hanh.

All'interno dell'intera giornata sarà stimolata la partecipazione attiva degli allievi con domande, riflessioni e scambi riguardo agli argomenti trattati. Dopo ogni esperienza proposta verrà dedicato un momento alla condivisione dei vissuti emersi, sia tra gli allievi che hanno svolto le pratiche insieme sia nel gruppo in plenaria.

Varie

E' prevista una quota scontata del 50% per gli allievi al terzo anno del corso di Counseling presso la SIBiG