

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

Titolo dell'evento	L'Intelligenza del sé
Tipologia	Percorso di crescita personale 
Ente erogante	CDA Scuola di Counseling
Monte ore totale	9
Modalità di erogazione	Presenza
Sede di svolgimento	Sede CDA via Aurelia Nord, 60 58100 Grosseto
Piattaforma FAD	
Date e orari di svolgimento	DATE 9/10/2026 · 26/11/2026 · 17/12/2026 · 28/01/2027 · 18/02/2027 · 18/03/2027 ORARIO 18:30 - 20:00
Costo	€ 75 IVA esente
Responsabile didattico	Dott.ssa Sabrina Giannini
Formatore	Sabrina Giannini Dott.ssa in Psicologia Counselor Trainer Supervisore Direttrice della Scuola di Counseling CDA Paola Catalani Professional Counselor Numero di iscrizione: REG-A3362-2024 Area di intervento: Benessere personale e relazionale
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 scuoladicounselingcda@gmail.com
	Tel. 329 4210606 - 338 8981668
	Web www.cdagrosseto.it/scuola-di-counseling

Programma	ATTRAVERSARE CIÒ CHE CAMBIA Percorso di approfondimento sul tema del cambiamento e delle transizioni nella vita adulta, finalizzato a sviluppare maggiore consapevolezza dei propri vissuti, delle risorse disponibili e delle possibilità di scelta. Obiettivi Osservare pensieri, emozioni, bisogni e reazioni. Riconoscere risorse e automatismi personali. Distinguere ciò che possiamo controllare, influenzare o accettare. Sviluppare capacità di orientamento nelle situazioni di cambiamento. Integrare esperienza e consapevolezza. Favorire una maggiore capacità di scelta e autodeterminazione. Ampliare i punti di vista attraverso il confronto con il gruppo. Articolazione Ci ritroviamo – Chi siamo oggi e cosa è cambiato. Mi osservo – Fatti, pensieri, emozioni e bisogni. Quando la vita cambia le regole – Risorse e cambiamenti non scelti. Posso cambiare idea – Nuove possibilità e direzioni. Quello che so – Esperienza, competenze e consapevolezza. La direzione – Integrazione e prospettive future. Metodologia Il percorso prevede una metodologia esperienziale, con esercitazioni individuali, auto-osservazione, confronto in gruppo e momenti di rielaborazione. Saranno utilizzati strumenti di scrittura riflessiva per favorire l'integrazione degli apprendimenti. Il Diario dell' Intelligenza del Sé accompagnerà il partecipante nella raccolta di riflessioni, domande ed esperienze significative. La condivisione dei contenuti personali sarà libera e rispettosa dei tempi individuali. Particolare attenzione sarà dedicata all' ascolto, alla consapevolezza delle risorse e alla possibilità di individuare nuove modalità di risposta alle situazioni di cambiamento.
Varie	
Crediti assegnati da AssoCounseling 0	Ore assegnate da AssoCounseling valide come percorso di crescita personale 9