

**La Associazione REF e la Scuola di *Counseling Integrato CoMeTE*  
(*Tecniche Corpo-Mente-Energia*) organizzano un corso breve di  
introduzione al**

**Counseling Centrato sulla Persona secondo Carl Rogers**

Il corso si rivolge a tutte le persone che desiderano migliorare le loro competenze comunicative e relazionali; in particolare a quanti svolgono un'attività nella quale una buona ed efficace relazione con l'altro è fondamentale, come in ambito sanitario, scolastico, sociale e aziendale.

***Finalità:** migliorare le competenze nella relazione con l'altro, sia in termini di ascolto (capacità empatiche) che in termini di chiarezza e trasparenza; favorire la comunicazione quale strumento di promozione della salute e facilitante lo sviluppo di stili di vita salutari; acquisire le abilità necessarie per rendere efficace una relazione, implementare le capacità di gestione e risoluzione dei conflitti; favorire la consapevolezza e la padronanza di sé.*

***Contenuti:** Il seminario sarà un'alternanza di parti teoriche, esercitazioni scritte e pratiche, esperienze e laboratori sui principi base della teoria rogersiana: la tendenza attualizzante, il clima facilitante, l'empatia, la congruenza e l'accettazione incondizionata. Verranno proposti lavori sull'ascolto attivo e passivo, sulle barriere alla comunicazione e sulle varie tipologie di rimando. Verranno inoltre proposti lavori esperienziali orientati ad acquisire maggior consapevolezza di chi siamo, di quali parti di noi tendiamo a nascondere o a giudicare e quanto spazio c'è al nostro interno per una maggior accoglienza: lavoro indispensabile per poter entrare in una relazione autentica con l'altro e accettare l'altro per quello che è, senza avere il desiderio di cambiarlo.*

**Date: 2-3 marzo e 23-24 marzo 2024**

Orario: 9.30-13.00; 14.30-18.00.

**Docente: Valentina Folla**, supervisor trainer Counselor AssoCounseling, analista esistenziale e fisioterapista esperta in psicologia somatica.

**Costo:** € 360,00 + IVA. Per i counselor professionisti in aggiornamento € 320,00 + IVA.

**Sede del Corso e Segreteria Organizzativa:** Associazione REF, via Morimondo 5, 20143 Milano, tel. 02.36553120, fax 02.36553121; [info@associazioneref.org](mailto:info@associazioneref.org); [www.associazioneref.org](http://www.associazioneref.org)

**La partecipazione fornisce 28 crediti per i Counselor professionisti in aggiornamento. Inoltre fornisce 28 crediti formativi per proseguire con i nostri corsi di Counseling (annuali o triennali).**

**ref**

via morimondo,5 – 20143 milano  
tel.+390236553120 – fax:+390236553121  
[www.associazioneref.org](http://www.associazioneref.org)  
[info@associazioneref.org](mailto:info@associazioneref.org)