

La Associazione REF e la Scuola di *Counseling Integrato CoMeTE* (Tecniche Corpo-Mente-Energia) organizzano un seminario dal titolo

Il conflitto come antidoto alla violenza. Cosa possiamo imparare dal conflitto?

Il seminario si propone di stimolare i corsisti ad apprendere dai propri conflitti facilitando la riflessione a partire dall'esperienza, imparando a sentire e a gestire le emozioni 'difficili' quali ad esempio la rabbia; acquisendo modalità di comunicazione efficaci nella facilitazione del conflitto, ovvero trasformativa e 'costruttiva', a partire dalla consapevolezza ed espressione dei propri disagi/conflitti interiori.

Spesso facciamo fatica a controllare i nostri impulsi, esprimere i sentimenti o manifestare i bisogni e le ambizioni limitandoci nella nostra assertività e aprendo la strada alla distruttività e alla violenza.

Il seminario vuole essere un laboratorio di pratica conflittuale corporea e mentale integrato da informazioni di tipo cognitivo. L'allievo sarà così aiutato ad imparare quanto il confronto sia un antidoto alla violenza così come il saper gestire le contrarietà sia una strada per evitare la guerra con l'altro e con sé stessi.

Data: 20-21 aprile 2024

Orario: 9.30-13.00; 14.30-18.00

Conduce il seminario: **Cristiana Zanette**, psicologo psicoterapeuta a indirizzo bioenergetico, supervisor trainer counselor

Sede del Corso e Segreteria organizzativa: Associazione REF, via Morimondo 5, Milano, tel. 02.36553120, fax 02.36553121; info@associazioneref.org; www.associazioneref.org

Costo: € 180,00 (+IVA). I posti sono limitati e si accettano iscrizioni fino a completamento dei posti disponibili.

La partecipazione fornisce 14 crediti per i Counselor professionisti in aggiornamento. Inoltre il seminario fornisce 14 crediti formativi per proseguire con i nostri corsi di *Counseling Integrato CoMeTE* (annuali o triennali).

ref

via morimondo,5 – 20143 milano
tel.+390236553120 – fax:+390236553121
www.associazioneref.org
info@associazioneref.org