

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

La conoscenza e l'accettazione delle nostre parti interne attraverso i sogni

Il seminario ha come obiettivo la conoscenza delle nostre diverse parti: le parti più fragili, ferite e legate ai vissuti del nostro bambino interiore, spesso non contattabili e difficilmente condivisibili; quelle più adulte che hanno la funzione di proteggerci, di legittimarci ad esprimerci e ad affermare la nostra individualità; oppure quelle più auto-svalutanti e auto-sabotanti che abbiamo introiettato da bambini; o quelle legate a nuove risorse che stanno nascendo e crescendo, bisognose di cure e sostegno; o infine quelle più oscure e aggressive, a volte (auto)distruttive, almeno apparentemente. Per farle emergere utilizzeremo alcune esperienze corporee e relazionali, le condivisioni nel gruppo ma soprattutto i sogni che ognuno ricorda, di un passato recente o più lontano. Attraverso l'approccio rogersiano e prendendo spunto dall' Internal Family Systems di Schwartz, lavoreremo sull'accettazione delle nostre diverse parti e sulla possibilità di lasciar andare ruoli gravosi che ci siamo accollati inconsciamente, lasciando più spazio a creatività, curiosità, consapevolezza, calma, coraggio, fiducia, compassione e connessione con sé, con l'altro e con l'universo.

Data: 25-26 gennaio 2025

Orario: 9.30-13.00; 14.30-18.00

Conduce il seminario: **Paolo Gilardi**, supervisor e trainer Counselor AssoCounseling

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